

التفكير لإدارة التغيير

الثبات والمبدئية في الحياة:  
الحر الريادي نموذجاً

في وجدان الحقيقة  
زينب.. قصة سبي ومراقبي مسيرة

العدد الـ 71 - آب 2024  
صفر 1446

# للِقوارير

L I L Q W A R E E R

## عشق الخدمة مشروع حياة





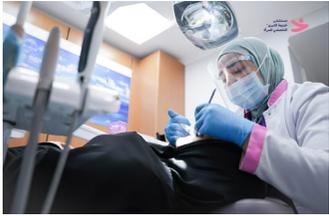
إعلام العتبة الحسينية المقدسة  
Imam Husain Holy Shrine Media



14 إكراماً وعرافاً لتضحياتهم  
مجلس عزاء حسيني  
في بيوت الشهداء



18 كيف تؤثر مشاهدة الأفلام  
والمسلسلات الحسينية على  
الصحة النفسية؟



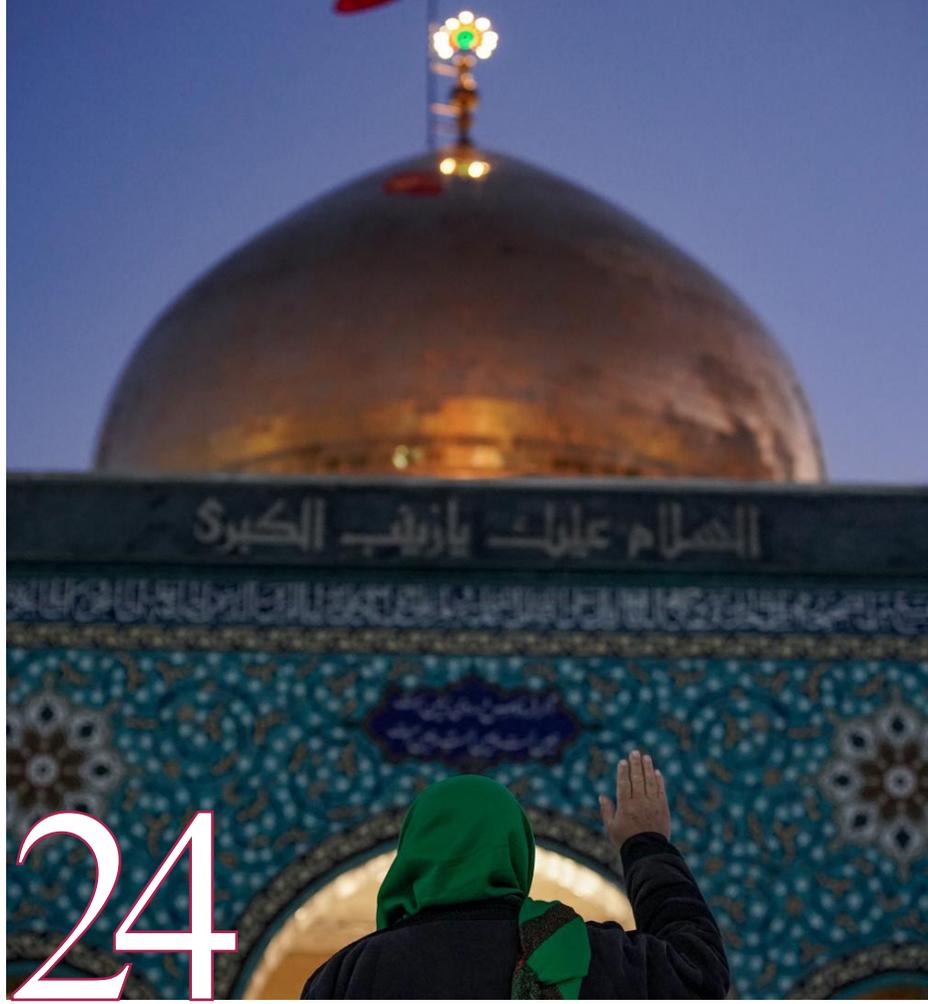
34 عطاء الإمام الحسين (عليه السلام)..  
مبادرة إنسانية أفاضت بالرحمة  
والسخاء



42 لوزة.. رسالة نجاح لكل  
من ينتظر العمل على طبق  
من ذهب



60 غرابال المحتوى:  
محتوى مجهول



24

زينب.. قصة سبي ومراقتي مسيرة

المشرف العام  
سعاد البياتي  
رئيس التحرير  
ايمان كاظم  
مدير التحرير  
ضمياء العوادي  
هيئة التحرير  
ساجدة ناهي  
سرور العلي  
زهراء جبار الكفاني  
التدقيق اللغوي  
حيدر حميد التميمي  
التصوير  
رغد عبد حمد ابراهيم  
سجى الخفاجي  
الاخراج والتصميم  
طارق البهادلي



## روح الأربعين

في كل عام هنا على طريق المسيرة العجيبة والتي تحمل بين طياتها كل المعاني والرموز الروحية والتطوعية تبرز قصصا وحكايات لا يمكن حصرها ووصفها في سطور أو حتى مقال، هي روايات كبيرة ومنتقنة من العمل والايثار والجهاد في أشد الفصول حرارة ولوعة، إلا أنهم يجاهدون في تقديم الخدمة بكلمات طيبة وروح وثابة تناسب نحو تلك الوجوه السخية التي حملت آهات السبي وقصة السيدة العظيمة التي فاقت حدودها كل القصص العالمية، وارتقت نحو مجد الصبر وعزة النفس.

ومن مبدأ الحديث عن حيثيات زيارة أربعية الإمام الحسين (عليه السلام)، نجد قضية لا يمكن تجاهلها وعبورها وهي حديث التطوع وقيمه الانسانية الذي يعد من أهم المبادئ والانجازات في هذه الزيارة العظيمة، فالأرقام حسب ما وصف تفوق الأرقام بعدد من المتطوعين والمتطوعات من بلدان العالم ممن يجيدون الخدمة ويعشقونها وينتظرونها عاما بعد آخر ليدونوا في سجل الأيدي الكريمة شرف الخدمة.

وزيارة الأربعين عندما تجمع بين العمل التطوعي من جهة، والعتاء المادي والروحي اللامحدود دون مقابل من جهة أخرى، تبلغ بذلك ذروة التكافل وبذل كل ما يمكن أن يمنح لمثل هكذا حدث اسلامي عظيم أبهر العالم وأجاد بكل صوره وقصصه آيات الحب والعشق فكل ما لدينا للحسين (عليه السلام) فضلا عن ما يكسبه الإنسان من الصفات والعبر تعد دروسا، ففي زيارة الأربعين يتجسد العطاء والجود العطاء الذي يورث بدوره خصالا اخلاقية وانسانية كثيرة، لتغيب الأنانية وحب والذات والكسل وغيرها من السمات التي تتواجد في الأيام العادية وتذوب أيام الأربعين وكأن الشخص غير ما هو عليه، تختلف حركاته وسلوكياته ويغدو بأفضل حالات الانسانية والمجد بخدمة سيد الشهداء وزاريه.

ولأن زيارة الأربعين وعلى مدى وجودها واعوامها حققت مكاسب اجتماعية واخلاقية واعلامية وصدى واسع بكل ما تحمله جوانبها المتعددة تمكنت أيضا استقطاب كل شرائح المجتمع من سنة وشيعة وأن توحد المسلمين وتغسل قلوبهم من أدران الطائفية والأحقاد، وأن تكون واحة واسعة لكل الزائرين والحائثين الخطى لمسيرة عظيمة يتراءى فيها مشهد السبي وعظمة التحمل وتكشف بالوقت ذاته صور لا يمكن رؤيتها إلا هنا في كربلاء وفي طريق مملوء سقاء ورضا وإنسانية.

المسرف العام

زيارة الأربعين  
عندما تجمع بين  
العمل التطوعي  
من جهة، والعتاء  
المادي والروحي  
اللامحدود دون  
مقابل من جهة  
أخرى، تبلغ بذلك  
ذروة التكافل وبذل  
كل ما يمكن أن  
يمنح لمثل هكذا  
حدث اسلامي  
عظيم أبهر العالم  
وأجاد بكل صوره  
وقصصه آيات الحب  
والعشق فكل ما  
لدينا للحسين  
(عليه السلام)



أفتتح الأمين العام للعتبة الحسينية المقدسة الحاج حسن رشيد العبايجي منتدى المرأة الفاطمية بكلمة تضمنت جملة من المبادئ والأهداف التي دعت إلى تأسيس منتدى للمرأة يتجدد سنوياً إذ عبر عن ذلك: "إن رؤية الأمانة العامة للعتبة الحسينية المقدسة حول المرأة ومقومات القيادة التي تسعى إلى بنائها عقائدياً وفكرياً وأيمانياً وأخلاقياً يتمثل في أن قيمة المرأة في المجتمع تستند إلى السيرة العطرة للسيدة الزهراء (عليها السلام) وفي مقدمتها حديث الإمام أمير المؤمنين علي بن أبي طالب (عليه السلام) وعلى هديه ونوره كمنهج عمل لنا جميعاً.

## منتدى المرأة الفاطمية.. بوصلة لتعزيز دور المرأة القيادي

متابعة/ للقوارير

ووقت طويل في إعداد الأبناء أعداداً إسلامياً صالحاً وكاملاً، فالمرأة المؤمنة لها الدور الأساسي في التربية وعند أدائها لهذا الدور بصورة صحيحة تكون قد أدت دورها الحقيقي الذي رسمته لها السماء والقرآن من خلال القيام بواجباتها تجاه الأبناء داخل الأسرة". وكان لمجلة (للقوارير) إحدى المتابعات الخاصة لمشروع نوعي يهتم بالمرأة ومن جهته قدم السيد عقيل الشريفي/ مدير أكاديمية الوارث للتنمية المستدامة والدراسات الاستراتيجية هذا التوضيح المفصل حول مشروع (منتدى المرأة الفاطمية للقيادة والاستراتيجية):

برغم قصره إلا أنه يؤلف دستوراً يضيف على المرأة السعادة والكمال في حياتها البيئية والعملية إذا التزمت بتطبيقها على أرض الواقع، وهذا ينعكس على المجتمع، إذ يقول أمير المؤمنين (عليه السلام) جهاد المرأة حسن التبعل، فبيت فاطمة الزهراء (عليها السلام) وأسرته يمثل المعنى الحقيقي للأسرة المتناسكة والمنسجمة والبيت الإسلامي المثالي".  
وتابع، إن "الأسرة نواة المجتمع وهي الركيزة التي تقوم عليها الأمم، وتعمر الأسرة بالأم الصالحة والمربية، فهي اللبنة الأولى والأساس في تربية الأبناء، وتحتاج إلى عمل شاق وجهد كبير

**دور**  
الأدوار في حقيقتها قائمة على أساس  
الوظائف التي تتفق مع الفطرة الانسانية  
والطبيعة التكوينية فسيولوجيا وسيكولوجيا  
ووفق منظومة متكاملة من الحقوق والواجبات  
وفي إطار مؤسساتي قائم على قواعد عمل  
وسلوكيات موضوعية تحترم هذه الخصوصية  
للمرأة وتمكنها من الوصول الى تحقيق النجاح  
في مختلف الأدوار

متكامل قائم على تكامل الأدوار بين الرجل والمرأة وفق  
النظرية الإسلامية الاصيلة ووفق منهج أهل البيت (صلوات  
ربي وسلامه عليهم) ومن هنا اقتران اسم المنتدى باسم الزهراء  
(عليها السلام) ولمواجهة ما تروم اليه بعض الجهات المشبوهة  
من محاولة دس السموم الثقافية في مجتمعاتنا الاسلامية  
المحافظة عبر عناوين جذابة من قبيل الحرية والمساواة في  
اطار سعي من تلك الجهات لخلق نوع من التزاحم والصراع بين  
مكونات المجتمع المتمثلة بثنائية الرجل والمرأة ومن هنا يأتي  
دورنا لبيان أن الأدوار في حقيقتها قائمة على أساس الوظائف  
التي تتفق مع الفطرة الانسانية والطبيعة التكوينية فسيولوجيا  
وسيكولوجيا ووفق منظومة متكاملة من الحقوق والواجبات وفي  
إطار مؤسساتي قائم على قواعد عمل وسلوكيات موضوعية  
تحترم هذه الخصوصية للمرأة وتمكنها من الوصول الى تحقيق  
النجاح في مختلف الأدوار والتي ستنعكس في النهاية على  
المجتمع بأسره برجاله ونسائه.

### أبعاد المنتدى

من هذا كله اخذت اكاديميتنا على عاتقها هذا الأمر حيث  
يقام هذا المنتدى بشكل سنوي ويستهدف في كل سنة قطاع  
عمل معين حيث استهدف في نسخته السابقة القطاع التربوي  
وفي نسخته الثانية لهذا العام نستهدف القطاع الصحي عبر  
تقديم سلسلة من المحاضرات الفكرية التي تعنى بالشؤون  
الاستراتيجية في القطاع الطبي وطبيعة مستقبل هذا القطاع  
وأليات التعامل مع تلك المتغيرات المستقبلية، ومن جانب  
آخر نقدم تمكينهنّ ببرامج تدريبية مكثفة وعلى مدى ستة  
أيام في مجال التخطيط وبناء الرؤية الاستراتيجية للمؤسسات  
الصحية وكذلك لهنّ من مهارات التأثير والاقناع وهي واحدة  
من أهم المهارات اللازمة للقيادة الناجحة والفعالة والمؤثرة  
لأجل أن يكونن على مستوى عال من القدرة في حشد الموارد  
البشرية وتحفيزها للقيام بأداء الوظائف الموكلة اليهم لتحقيق  
الرؤية المنشودة وهذا في النهاية سيصب في خدمة المجتمع  
المستهدف ويرتقي به وصولاً الى تحقيق الرفاه الاجتماعي  
المنشود.



- بناء على التزام الأكاديمية بتحقيق رسالتها في خلق وبناء  
قيادات فاعلة ومؤثرة قادرة على استشراف المستقبل وإدارته  
بتفوق عبر تمكينهم من مهارات القيادة وادوات صناعة القرار  
ودعمهم بنتائج الفكر الاستراتيجي؛ تقيم الأكاديمية منتدى  
المرأة الفاطمية بنسخته الثانية والذي يستهدف في هذه  
النسخة النساء العاملات في القطاع الصحي ويروم من وراء ذلك  
إلى تحقيق عدة اهداف ومنها خلق نخبة من المجتمع النسوي  
قادرة على التصدي لإدارة وقيادة المؤسسات الصحية بكفاءة  
وفعالية وصولاً الى تحقيق التميز المؤسسي وهذا بطبيعة  
الحال سينعكس على المجتمع المخدوم وهو الهدف الثاني الذي  
نسعى لتحقيقه .

### رؤى وأهداف

- من جانب آخر نحاول من خلال مثل هذه الفعاليات تمكين  
المرأة العراقية من المعارف والمهارات اللازمة لتكون قادرة  
على أداء الأدوار التي تناط بها في اطار بناء نظام اجتماعي

# التفكير لإدارة التغيير

زهراء المرشدي

القدرة على التغييرات الايجابية على الصعيد الشخصي، ويمكن ذلك من خلال الإدارة الصحيحة لتغيير ما يلزم، بإمكاننا إيجاز المراحل التي يمر بها أحدنا وصولا لاكتساب صفة مستهدفة بالآتي:

1 - الملاحظة: (المراقبة) دائما أصف هذه المرحلة بأن يتخيل أحدنا نفسه في كل ما يعتريه أنه واقف على مسرح الحياة وأن كل أضواء هذا المسرح مسلطة عليه، متخيلا نفسه هو الجمهور في نفس الوقت فيبدأ ملاحظة كل السلوكيات التي يقوم بها خلال اليوم ليتسنى له بذلك متابعة كل ما يصدر منه من فعل وقول.

2 - التقييم: وتتلو هذه المرحلة مرحلة الملاحظة وتتمثل

من المؤكد أن كثيرا منا دائما ما تراوده الأفكار لتحسين بعض الجوانب التي تمثل أولوية في حياته، إنها الرغبة الدائمة للتغيير حيث لا يخلو ذهن أحدنا منها.

هل حاولت يوما أن تكتسب عادة ما؟ إلا أنك وبعد محاولاتك العديدة سرعان ما خذلتك عزميتك في الاستمرار، فتجد في أغلب الأحيان صعوبة في مقاومة الملل عند ممارستها بشكل دؤوب، يمكن إرجاع هذه المشكلة إلى عدة أسباب لعل من أولها ضعف إرادتك لذاتك بطريقة صحيحة، حيث تعد المهارات التي تتعلق بضبط النفس كأهم الدعائم الأساسية لبناء شخصية فاعلة مؤثرة، لهذا يتوجب على كل فرد أن يبذل من جهده ما يمكنه من التدريب والممارسة على تطويع سلوكه بشكل حازم وجدي، وصولا لاستحصال

نفسه، وإن أتى ما هو حسن تذكر جميل نتاج ما يقوم به ليستزيد بعدها من هذا العمل.  
أما الثانية فهي مرحلة التطبيق العملي والتي تتمثل في عملية التدريب الذاتي بشكل متكرر من خلال الممارسات اليومية وصولاً لمرحلة القدرة على الأداء بالطريقة التلقائية بعد رسوخها كعادة يومية.

## وراء عملية التقويم السلوكي تعتمد وبشكل محوري على الأداء الذهني في عملية تقييم ومن ثم تقويم السلوكيات وتبرز هنا أهمية التفكير، و مدى فعاليته في بناء شخصية متزنة، لأن مصدر هذه التغيرات يكون الفرد والذي يعد بطانة المجتمع ونواته

يتضح من كل ما سبق أن عملية التقويم السلوكي تعتمد وبشكل محوري على الأداء الذهني في عملية تقييم ومن ثم تقويم السلوكيات وتبرز هنا أهمية التفكير، و مدى فعاليته في بناء شخصية متزنة، لأن مصدر هذه التغيرات يكون الفرد والذي يعد بطانة المجتمع ونواته.

فرب تفكر ساعة خير من عقود من العبادة، يتعدى تأثير هذا العمل التغيرات الفردية إلى التغيرات الجماعية الفاعلة من هنا تتضح ضرورة الاهتمام بجزئية التفكير كدعامة أساسية لإصلاح المجتمعات و تطورها، لما لها من دور في بناء شخصيات تستحق أن تكون نبراس لعملية نمذجة سلوكية اجتماعية تتسم بالدعوة الصامتة المركزة على راحة ثقل الأفعال قبالة جوفاء وزخرفة الأقوال.

في الوقوف على تحديد نوع السلوكيات التي قد نكون اعتدنا التعامل بها و تقسيمها إلى سلوكيات ايجابية وأخرى سلبية، ووقفاً على ما سيكون ضمن قائمة الإلغاء من العادات أو السلوكيات العرضية أحياناً، من ثم تعزيز الأذرع منها، وللحصول على نتائج جيدة من هذه العمل يفضل استعمال تقنية التفريغ الكتابي لذلك.

فتدون الصفات التي تم تحديدها وطرق للتخلص من الضار منها، وتعزيز تلك التي تحمل طابع التأثير الإيجابي، مع تفعيل جانب التعزيز الذاتي القائم على بعض المكافآت البسيطة لنفسك تشجيعاً منك لك على الاستمرار في الإتيان بها، مع وضع هذه الملاحظات في مستوى النظر للتذكير بها على مدار اليوم.

3 - التقويم: يمكن أن تبدأ بهذه المرحلة بعد تخطي مرحلة التعرف على السلوك غير المرغوب، ويتمثل ذلك بتقبل واستشعار مدى الأذى الذي يمكن أن يسببه استمرار وجوده فيك، ومن ثم العمل على التخلص منه وتتم هذه العملية بمرحلتين؛ الأولى برمجة العقل على الامتناع عن العمل من خلال اتخاذ قرار العدول عنه كخطوة أولى، وبناء سيناريوهات خيالية لمواقف من المحتمل أن يكون الفرد فيها معرض للإتيان بما لا يرغب فيه فيضج بدائل سلوكية في ذهنه لبرمجته على التعامل مع هذه المواقف المتخيلة، فيتعرف بذلك عقله على خطوات محددة للتعامل مع الحالات المحتملة، يشير أمير المؤمنين علي (عليه السلام) إلى حالة التخيل هذه في وصف المتقين؛ حين قال: «فَهُمْ وَالْجَنَّةُ كَمَنْ قَدَّ رَأَاهَا فَهُمْ فِيهَا مُنْعَمُونَ وَهُمْ وَالنَّارُ كَمَنْ قَدَّ رَأَاهَا فَهُمْ فِيهَا مُعَذَّبُونَ»

دلالة على استشعارهم لعواقب كل ما يقومون به سواء إيجاباً أو سلباً، فإذا زل أحدهم تخيل ما يؤول إليه أمره ليردع بذلك

## على درب الحسين

كنت واحدة من (المشاية) الذين ساروا على درب الإمام الحسين (عليه السلام) واحدة من ملايين النساء والرجال اللذين تركوا منازلهم وأعمالهم وكل مباحج الدنيا خلف ظهورهم وتحملوا مشاق المشي سيرا على الأقدام لمئات الكيلو مترات لأداء مراسم الزيارة الاربعية وأخذ العبرة والدروس من ثورته العظيمة وتجديد البيعة والولاء لأهل البيت (عليهم السلام) حيث لم تمنع الأورام والتقرحات التي أصابت الأقدام من العزم على مواصلة الطريق حتى نهايته في رحلة قد تستغرق في بعض الاحيان أكثر من عشرة أيام فيما يصبر البعض على قطع هذه المسافة في أقل وقت ممكن امعانا في التحدي.

شاهدت نساء ورجال وأطفال أيضا بوجوه غير وشعر أشعث رفع أغلبهم رايات الولاء السوداء والخضراء وهم يرددون (لبيك يا حسين) فيما لبس بعضهم الآخر الأكفان البيضاء في التحدي يجمعهم لون أسود انتشج به الجميع في زحف جماهيري مهيب نحو المرقد المقدس لم يتخلف عنه حتى المعاقين والعجزة كما لم تخلو أفواج الزائرين من منظر الخراف الصغيرة التي كانت تمشي بإذعان خلف أصحابها وهي تسعى إلى حتفها مشيا على الأقدام كجزء من نذور أوفى بها أصحابها بعد أن من الله عليهم بتحقيق أمانهم. كل عام يستذكر البعض الأيام العصبية التي مرت على البلاد أبان النظام السابق في أوقات كان يضطر فيه محبو أهل البيت (عليهم السلام) إلى السير ليلا بين بساتين النخيل والأراضي الزراعية الشاسعة المساحة لأداء مراسم الزيارة خوفا من بطش جلاوزة النظام الذين لم يترددوا في دفن رفات العديد من الشهداء الأبرياء الذين ليس لهم من ذنب سوى المسير في درب الحسين (عليه السلام).

لا تقر عيون الزائرين ويذهب عنهم تعب الزحف المقدس نحو كربلاء إلا حينما تتكحل أعينهم برؤية المشاهد المقدسة المتمثلة بالقباب الذهبية لمركدي الإمام الحسين وأخيه أبي الفضل العباس (عليهما السلام) التي تلوح لهم من بعيد حينها يسرعون الخطى نحو الضريح المقدس لأداء مراسم الزيارة والدعاء لشهادتنا الأبرار الذين خضبوا درب الحسين بدمائهم الطاهرة والذين طالتهم يد الإرهاب التكفيري من أحفاد الشمر لعنه الله الذي قال لأسياده طواغيت بني امية (إملاً ركابي فضة وذهبا إني قتلت السيد المحجبا، قتلت ابن خير النساء أما وأبا).

ساجدة ناهري



**لا تقر عيون الزائرين  
ويذهب عنهم تعب  
الزحف المقدس نحو  
كربلاء إلا حينما  
تتكحل أعينهم  
برؤية المشاهد  
المقدسة المتمثلة  
بالقباب الذهبية  
لمركدي الإمام  
الحسين وأخيه أبي  
الفضل العباس  
(عليهما السلام)  
التي تلوح لهم من  
بعيد حينها يسرعون  
الخطى نحو الضريح  
المقدس لأداء  
مراسم الزيارة  
والدعاء لشهادتنا  
الأبرار الذين خضبوا  
درب الحسين  
بدمائهم الطاهرة**

تذوقوا عاشوراء..

اكراماً وعرفاناً لتضحياتهم

مجلس عزاء حسيني في بيوت الشهداء

في وجدان الحقيقة

زينب.. قصة سبي ومراقبي مسيرة

LLQWAREER

# للقوارير

ملف الاربعين



# عشق الخدمة مشروع حياة

قاسم الحلفي

اعتادت الحاجة خديجة من سكنة بغداد أن تهيئ موكبها الحسيني قبل عشرة أيام لاستقبال زائري أبي عبد الله (عليه السلام) هي وأسرته لتنصبه في قضاء المسيب القريب من كربلاء ومسير الزائرين، تشعر حسب قولها بالفرح حينما تقوم بالخدمة من طعام وشراب وتهيئة منام للزائرين لتسهر على راحتهم وهم قادمون من العاصمة باتجاه قبلة الأحرار في أربعينية سيد الشهداء التي تعد أضخم مسيرة يشهدها العالم.



## ورق الموكب خصص للنساء فالسائرات أغلبهن يحملن أطفالا ويحتجن إلى خدمات خاصة ومعاملة تعرفها النسوة من اقربائهن، ونراها تشعر بالتعب من طول المسافة إلى كربلاء، لذا في موكبنا المتواضع والذي أسس قبل ست سنوات يقدم كل ما تحتاجه المرأة والطفل

أن أعداد النساء اللواتي نستقبلهن في موكبنا يرتفع كل عام، ونسال الله انغ تدوم الخدمة الحسينية التي تزيدنا خيراً وبركة وهي بالتالي شرف عظيم نفتخر به، كما أن لدينا خدمة مميزة للزائرات هي تهيئة ملابس جديدة ونظيفة لهن ولأطفالهن، فالمسيرة طويلة والأجواء حارة وأي زائر بحاجة إلى ذلك، فضلا عن الفقرات الدينية والتثقيفية التي يخصصها الموكب بوجود نساء حوزويات للإجابة على أسئلة الزائرات وتثقيفهن واعطاء المناسبة حقها في الالتزام المطلوب.

### موكب متواضع

المواكب كافة تعمل بحب وبجهد استثنائي وبقدر عال من القناعة والنفس الطيبة لتلبية احتياجات الزائرات، فنرى أحيانا كثير من النساء يقدمن الخبز الحار وخبز (السياح) المفضل للسائرين، هذا موكب (أم علي) القريب من بوابة بغداد وتبعد مسافة قريبة من حرم الإمام الحسين (عليه السلام) ومعروف بصفة تقديم شاي أم علي طيب المذاق الذي تعده بشكل مختلف وبنكهة مميزة، تقول:

خدمة زائري أبي عبد الله فيها الكثير من الخيرات والبركات، إذ نقف أنا وأسرتي المكونة من زوجي وأبنائي الثلاثة وابنتي كل عام هنا لتقديم الطعام بنفس طيبة، رغم الحالة المادية البسيطة، لكنه مفعم بخدمة قليلة جدا على قدر المستوى المعيشي الذي تعيشه الاسرة، التي تقدم الخبز والماء محبة لأبي الاحرار (عليه السلام)، كما ترغب الزائرات المنام في موكبنا المتواضع طلبا للراحة ومن ثم تكلمة مشوار المشي، وهذه الخدمة حسب وصف أم علي تزيدها بركة وخيرا عاما بعد آخر، لذا تسأل الله عز وجل ان يمكنها من بناء موكب تعزز فيه الخدمات لزائري الحسين بشكل يليق بالمناسبة العظيمة.

قصص وحكايات كثيرة تروى في تلك المسيرة العظيمة التي استمدت قوتها وديمومتها من الإصرار والحرص على الخدمات بشتى أنواعها وأشكالها من العشائر والأشخاص والبيونات العراقية التي يعجز القلم عن ذكر تفاصيلها الكاملة.

فبين مبيت وطعام، أعدت مواكب حسينية قاعات مكيفة وحمامات مغلقة بالسيراميك وأمكنة مساج ونوم وخمس وجبات طعام، فيما تستمر مواكب أخرى بتقديم الخدمة والتعليم للقران والمتطلبات الشرعية.

### شعور بالسعادة

تقول « أم رضا » من أهالي كربلاء أن هذا الموكب خصص للنساء فالسائرات أغلبهن يحملن أطفالا ويحتجن إلى خدمات خاصة ومعاملة تعرفها النسوة من اقربائهن، ونراها تشعر بالتعب من طول المسافة إلى كربلاء، لذا في موكبنا المتواضع والذي أسس قبل ست سنوات يقدم كل ما تحتاجه المرأة والطفل، ونشعر بالسعادة رغم المتاعب إلا أن الخدمة تمنحنا الطمأنينة والعرفان لتضحيات الحسين وأهل بيته (عليهم السلام) فتطوعت بحدود عشرين امرأة للعمل في هذا الموكب لمدة عشرة أيام ومنتقل إلى كربلاء لنستمر إلى نهاية الزيارة الاربعية، مؤكدة أن المتطوعات يقدمن الطعام بخمس وجبات وعصائر وشاي وخدمة المساج ورعاية الأطفال من تنظيف وحفاضات وحليب وبودر ترطيب، مبينة أن الموكب يعمل منذ ست سنوات تقريبا ولديه زبائن من النساء ويستقبل بحدود 400 زائرة يوميا.

### خدمة مميزة

وتوضح «زاهدة كاظم» من محافظة النجف الاشرف أن موكبها أقدم منذ عشر سنوات أسست مع مجموعة من النساء اللواتي يعيشن الخدمة الحسينية ووجدن فيه الخير والبركة حسب وصفها، وحينما تزايد عدد الزائرات عاما بعد عام تمكّن وبمساعدة متبرعين من بناء قاعة كبيرة مخصصة للنساء ومهيئة للخدمة واحتياجاتهن من المنام وصحيات وأماكن للصلاة والعبادة والاستراحة وطعام يهياً على شكل ثلاث وجبات، مبينة إلى



# الثبات والمبدئية في الحياة:

## الحر الرياحي نموذجا

جنان الهلالي

من المؤكد أن الثبات على المبادئ يساعد في الحفاظ على النزاهة والشرف الشخصي، قد تكون القرارات الأخلاقية الصحيحة صعبة في بعض الأحيان، لكن الثبات عليها يعزز قوة الشخصية ويكسب احترام الآخرين، فإن الثبات على دين الله، وعدم الانحراف عنه يمينا أو شمالا، والوقوف مع الشرع وتحكيمه، هو النجاة في الدنيا والآخرة، وهو السعادة الحقيقية، والهدف المنشود لتوفيق الله، إلى الجنة والنجاة من النار.

الدنيا والسعادة في الآخرة، ولد الحر في بيت تشرق في سمائه شمس العز والشرف والبطولة، ولهذا البيت سجل حافل بالمآثر والمناقب التي توارثها الأبناء عن آبائهم، في تلك الأجواء التي تزخر بالنجوم، شغ إلى الوجود نجم الحر بن يزيد بن ناجية، فورث من أجداده الأخيار الصفات التي أهلتها لأن يتزعم قبيلته ويصبح من أشرف الكوفة وساداتها وأبطالها المعدودين، وأن يصبح رمزا من رموز واقعة طف كربلاء الخالدة.

### الثبات والمبدئية في الحياة

الثبات على المبادئ يعزز من قوة الشخصية ويدعم النزاهة الفردية، حيث يمكن للأشخاص الذين يتمسكون بقيمهم أن يتصرفوا بثقة ويكتسبوا احترام الآخرين، المبدئية توفر أساسا أخلاقيا صلبا لاتخاذ القرارات، مما يساعد الأفراد على مواجهة التحديات واتخاذ الخيارات الصعبة بوضوح وثبات، علاوة على ذلك، الثبات على المبادئ يساهم في الاستقرار النفسي والرضا الذاتي، إذ يشعر الأفراد بالسلام الداخلي عندما يعلمون أنهم يعيشون وفقا لما يؤمنون به، كما أن الأشخاص المبدئين يتكون تأثيرا إيجابيا على المجتمع من خلال كونهم قدوة حسنة، مما يعزز بناء مجتمع قائم على القيم والأخلاق. وأخيرا، التمسك بالمبادئ يساعد الأفراد على تحقيق أهدافهم طويلة المدى، حيث يدفعهم التزامهم بالقيم للعمل بجدية واستمرارية نحو تحقيق تلك الأهداف. في الختام، الحياة المبدئية والثبات على القيم الأخلاقية ليسا مجرد فضائل شخصية، بل هما عناصر أساسية لتحقيق حياة ناجحة ومستقرة ومؤثرة بشكل إيجابي على المجتمع ككل، قصة الحر الرياحي تعلمنا أن الثبات على المبادئ يمكن أن يكون صعبا ولكنه دائما يستحق العناء. إنها تذكرنا بأهمية التمسك بالقيم الأخلاقية والقرارات الصحيحة، حتى في وجه التحديات الكبيرة.

ثبات الحر الرياحي يمثل مثالا قويا على الثبات والمبدئية في الحياة، حيث اختار الانضمام إلى الحسين بن علي والوقوف إلى جانب الحق، رغم أنه كان قائدا في جيش يزيد بن معاوية. كان قراره هذا نتيجة تأمله ومراجعة مواقفه الأخلاقية والدينية، وهو مثال على كيفية التمسك بالمبادئ حتى في أصعب الظروف، جسّد الحر أروع نموذج للضمير الإنساني الحي والإرادة الحرة الواعية بانتقاله من خندق الظلام إلى ساحة النور، وخروجه من حياة العبودية إلى طريق الأحرار، فأصبح رمزا من الرموز الإنسانية الخالدة ومثالا يُحتذى به في سلوك الإنسان وتمسكه بالقيم العليا والمبادئ المثلى.

من الطبيعي أن تكون للبيئة والوراثة أثر كبير على سلوك الإنسان، وإذا أخذنا بنظر الاعتبار تاريخ البيت الذي ولد فيه الحر نجد أنه ليس غريبا أن يتخذ ذلك القرار الخالد الذي وضعه في مصاف العظماء، وحاز على شرف الدنيا ونعيم الآخرة، وأصبح مثالا حيا للمروءة والنبيل حينما أثر أن يقف مع الحق ويضحى بنفسه في سبيل ذلك على مؤازرة الباطل والركون إليه في حياة قصيرة مصيرها إلى الزوال، فاشترى بنفسه الحرية في

**و** الثبات على المبادئ يعزز من قوة الشخصية ويدعم النزاهة الفردية، حيث يمكن للأشخاص الذين يتمسكون بقيمهم أن يتصرفوا بثقة ويكتسبوا احترام الآخرين، المبدئية توفر أساسا أخلاقيا صلبا لاتخاذ القرارات، مما يساعد الأفراد على مواجهة التحديات واتخاذ الخيارات الصعبة بوضوح وثبات



# اكراماً وعرفاناً لتضحياتهم مجلس عزاء حسيني في بيوت الشهداء

سعاد البياتي

ليس غريبا ان تكمل كربلاء حكاياتها في زمننا هذا عبر قصص الشهادة التي سطرت حروفها ورواياتها في ارض الرافدين ، فعاشورا اليوم هي امتداد للامس، كتب فصولها شباب ابطال ايقنوا ان الموت والشهادة شرف ووسام علق على صدورهم وصدور اسرهم، ومن هذا المنطلق والايمان والحزم ذهبوا الى سوح القتال دفاعا عن الارض والعرض ، كما هي واقعة الطف في كامل احداثها وتفاصيلها المؤلمة والعظيمة، والتي بقيت ماثلة ومتجددة الى يومنا هذا.

وليس غريبا ان تكمل كربلاء رحلتها وان تتكرر واقعة الطف مرة اخرى في معركتنا مع داعش والارهاب، حينما سطر ابناء الحشد اروع قصصهم وبطولاتهم وقدموا ارواحهم في طريق الشهادة وبياحسين .. من هنا كانت لنا وقفة عزاء لسيد الشهداء (عليه السلام) ولعوائل شهداء الحشد حينما انبثقت فكرة اقامة مجلس عزاء في بيوت الشهداء اكراما وعرفانا لتضحياتهم وحضور حصري لاسرهم لتروى فيه قصة شهيد وكيف استقبلت الأم نبأ استشهاده بصبر وقوة، ليفيض المجلس الحسيني دموعاً حارة واصوات مملوءة اسى وحرقة على ألم الفراق ، الا انهن واصلن حياتهن بثبات وعزيمة واستذكرا فيه ما فيه من الحمد والثناء على وسام الشهادة وعنوان الكبرياء.

## خبر الاستشهاد

فمن افواه الامهات وهن يستفيضن بكلام عن ذلك اليوم كانت لنا هذه اللقاءات معهن للحديث عن كرم الشهادة ، وهي سابقة اكثر من رائعة تقام في مجلس حسيني للتذكير بقيمة الشهادة عند أبي الاحرار وعند شهدائنا الابرار.

تقول ام حيدر ترافقها دموع الفخر حينما تحدثت امام حاضري المجلس عن كيفية استقبال خبر استشهاد ابنها حمزة



الشهيد يحيى حزام حمادي



الشهيد حمزة العبودي



الشهيد علي حزام حمادي

العبودي المصور الصحفي المعروف في هيئة الحشد الشعبي  
قائلة:

يعز علينا ونحن في هذا المجلس الوقور مجلس ابي عبد الله  
(عليه السلام) ان افان استشهدا ولدي حمزة بشهادة الحسين  
عليه السلام، استميج العذر من سيدي ومولاي ان اذكر شهادة  
ابني، ففي ذلك اليوم الثالث عشر من شهر محرم الحرام وفي  
ساعة الظهيرة راودني احساس غريب حبس انفاصي استعدت  
بالله وامضيت الساعات بحسرة في قلبي، بعدها سمعت  
ضحيجا في باحة المنزل ونساء من اقربائي يدخلون علي  
البيت بكاء وعويل ، خرجت اليهم وهم يعزوني بولدي حمزة ،  
حينها صرخت صرخة مدوية لاقع على الارض واكون في وضع  
غير طبيعي ، فولدي حمزة كان يعشق الجهاد في سبيل الله،  
ويتزاحم كي يقدم افضل ماعنده من التقاط صور المعارك، غير  
ذلك مايتصف به من الاخلاق الطيبة والعبادات المستفيضة

ان عظمة الام لاتقارن بأي شئ، وان  
صبرها وايمانها نابع بصدق من صبر  
الزهراء وزينب وام البنين عليهن السلام.  
قصص وحكايات امهات الشهداء اللواتي  
حضرن لمجلس العزاء الحسيني عديدة، مؤلمة  
وذات مغزى كبير ودروس في العزيمة والصبر  
الذي احتوى قلوبهن الرحيمة، ولايمكن حصر  
ماروين في سطور، هن اكبر من ان نتحدث  
عنهن، فأكتفينا بما سبق

## وراء للشهداء مكانة رفيعة عند الله سبحانه وتعالى يغبط بها المقربون، ربما يعز علينا فراقهم لكن الشهادة صفة عظيمة يتوسم بها المخلصون، فهنيئاً لهم وهم على درب الحسين عليه السلام، وعليه سيقام مجلس حسيني في بيت كل شهيد

تحت شعار (مارأيت الا جميلاً) اقيمت فعالية زينب التي تعد برعم الملف النسوي لمديرية العلاقات العامة والخدمات الاجتماعية لهيئة الحشد الشعبي بمشاركة عوائل الشهداء من النساء، لما يحمله من زخم معنوي، فهذه الملحمة جذورها من عاشوراء لاعداد جيل حسيني ثابت، اذ كانت السيدة زينب عليها السلام قدوة لكل الامهات اللواتي ضحن بأبنائهن من اجل نصرة البلد والمجتمع

ونحن أجد من أن نسلط الضوء على شخصية الشهداء، لأن الارض التي أربق عليها دمهم، والقضية التي دفعتم، لأن يسترخصوا انفسهم من أجلها، تختلف كثيراً عن كل الاحداث، لان العراق يضم مقامات مقدسة وشعب مؤمن بقيم حضارية ومفاهيم انسانية، الى جانب الارض والعرض والكرامة والانسانية، كلها تعرضت لتهديد، فيحق للشرفاء ان يدافعوا عنها بكل شرف وعز، وان تسترخص ارواحهم لاجل ذلك وعند هذه الشريحة المتميزة شهداؤنا الابرار ومنهم شقيقي الذين ضحوا والاجواء الاجتماعية التي نشأوا فيها، من أب وأم وزوجة، وأسرة وعشيرة، ومعرفة دورهم الكبير والمباشر في مجمل التحولات التي يشهدها العراق، بل العالم بأسره، كانوا وارادوا ان يكونوا في قافلة الشهداء، وعلى مسيرة الحسين عليه السلام واهل بيته، لذا ادراكنا للتضحية كانت في مقدمة تفكيرنا وفي اعماق ارواحنا، وللشهداء مكانة رفيعة عند الله سبحانه وتعالى يغبط بها المقربون، يمكن يعز علينا فراقهم لكن الشهادة صفة عظيمة يتوسم بها المخلصون، فهنيئاً لهم وهم على درب الحسين عليه السلام، وعليه سيقام مجلس حسيني في بيت كل شهيد، اكراما وعرفانا بتضحياتهم الكبيرة.

### نفوس مطمئنة

ولمن يبحث عن سر القوة والصبر فلينظر الى وجوه الامهات واهل الشهداء ممن حضروا الى مجلس الشهيد حمزة العبودي، ويقرأ فيهن مدى الاخلاص لله ولسيد الشهداء ولزينب (عليها السلام)، كثير من الحزن كثير من الصبر وكثير من الدعاء وجدناها هناك، بقلوب مؤمنة ومطمئنة ونفوس تفيض عطاء وسكينة. فهنيئاً لهم جنات الخلد والى كل الشهداء في يوم استذكارهم، فالشهادة لاينالها اي شخص هي درجة عالية يرتقي بها المخلصون لله.

وحب اهل البيت عليهم السلام، وكان حنوناً على اسرته واطفاله الذين كانوا صغاراً جداً حينما انتقل الى جوار الرحمن، فسبق ان ودعت شهيداً قبله هو اخاه حيدر الرادود الحسيني الذي قتل على ايدي للتكفيريين، فالى رحمة الله ورضوانه اليوم وحسب تعبيرها ارادت ان يكون هذا التاريخ مخلداً في ذاكرة اسرته واطفاله ليفتحروا بوالدهم، واقسمت ان توفي حقه بأستذكاره سنوياً حينما تقيم المجلس الحسيني وثواب الشهيد، كما وشكرت القائمين عليه حينما اهدوا لها صورة كبيرة للشهيد حمزة مقدمة من هيئة الحشد الشعبي اعترافاً وافتخاراً بشهادته.

### ام الشهيدين

وتحدثت ام يحيى والدة الشهيد علي ويحيى الذين استشهدوا في ساعة واحدة وهي حاضرة في المجلس الحسيني بالقول: الحديث عن الشهيد والشهادة فيها من العمق والأثر مايعجز اللسان عن وصفه، الا ان ذكراهم لا يغيب عن البال هم حاضرون في نفوسنا وانهم احياء عند ربهم يرزقون، وهذا مادعاني للصبر والتحمل، رغم اشتياقي الكبير لهم، الا اني اتذكر دوماً ان الله جل وعلا اكرمهم بالشهادة واتاح لي ان اكون عنواناً لهم اذ اكنى بأمر الشهداء وهذا جل الفخر والاعتزاز.

اروي لكم كيف استقبلت نبأ استشهادهم، كان يوماً ليس كباقي الايام، يوم مميز تلقيت اولاً نبأ استشهاده يحيى فهرعت لاستلامه بلهفة وألم لامثيل له، وحينما ارونني جثمانه قلت لهم هذا ليس يحيى انما ولدي علي، فأيقنت بعد انفطار قلبي انهم شهداء في عليين، اجهشت ام يحيى وحيدر بالبكاء وشاركتها الحاضرات المعزيات في ذلك البكاء حينما ازدحمت الآهات والحسرات في قلوبهن الرحيمة. هنا ادركت ان عظمة الام لاتقارن بأي شئ، وان صبرها وایمانها نابع بصدق من صبر الزهراء وزينب وام البنين (عليهن السلام).

قصص وحكايات امهات الشهداء اللواتي حضرن لمجلس العزاء الحسيني عديدة، مؤلمة وذات مغزى كبير ودروس في العزيمة والصبر الذي احتوى قلوبهن الرحيمة، ولا يمكن حصر مارويين في سطور، هن اكبر من ان نتحدث عنهن، فأكتفينا بما سبق.

### مكانة رفيعة

ومن منطلق الايمان بقضية الطف وارتباطها بفعالية زينب التي اقامتها هيئة الحشد الشعبي وما جرى على احفاد رسول الله صل الله عليه وآله تحدثت الحاجة زينب العبودي اخت الشهيد حيدر وحمزة عضوة في الملف النسوي التابع لمديرية العلاقات والخدمات في هيئة الحشد الشعبي بالقول :

تشكل مواسم عاشوراء جزءاً حيوياً من التراث الثقافي والديني للمسلمين، وخاصة بين أتباع مدرسة أهل البيت (عليهم السلام)، لا تعد هذه المواسم فقط مواسم للمواساة والعزاء، بل هي أيضاً مناسبة لتجديد القيم الإنسانية النبيلة، مثل الشجاعة والتضحية والاستقامة في مواجهة الظلم وتحظى الأفلام والمسلسلات التي تجسد أحداث عاشوراء بأهمية بالغة في هذا السياق. لكن ما هو تأثير مشاهدة هذه الأعمال الفنية على الصحة النفسية للأفراد والتحفيز الشخصي؟

# كيف

## تؤثر مشاهدة الأفلام

## والمسلسلات الحسينية على الصحة النفسية



أوس ستار الغانمي

تعزيز الإيجابية وتحقيق الأهداف الشخصية.

2 - تعزيز الروح القتالية والإصرار:

قصص الشجاعة والتحدي التي تتضمنها أحداث عاشوراء يمكن

### الصحة النفسية:

1. التعبير عن الحزن والتفريغ العاطفي:

من الناحية النفسية، يمكن أن تعمل الأفلام والمسلسلات الحسينية كوسيلة للتفريغ العاطفي، التعبير عن الحزن والبكاء خلال مشاهدة هذه الأعمال يمكن أن يساعد في تخفيف الضغوط النفسية، كما أن هذه العروض توفر مجالاً آمناً للتعبير عن العواطف المكبوتة، مما يساهم في تحقيق حالة من الراحة النفسية بعد المشاهدة.

2. تعزيز الشعور بالانتماء:

تساهم الأفلام والمسلسلات التي تتناول أحداث عاشوراء في تعزيز الشعور بالانتماء إلى جماعة معينة، عندما يجتمع الأفراد لمشاهدة هذه الأعمال، يشعرون بأنهم جزء من مجتمع أكبر يشترك معهم في ذات القيم والمعتقدات، هذا الشعور بالانتماء يمكن أن يكون مصدراً للراحة والدعم النفسي.

3. التحفيز على التأمل الذاتي:

مشاهدة هذه الأعمال يمكن أن تدفع الأفراد إلى التفكير والتأمل في أحوالهم الشخصية في ضوء الأحداث التاريخية العظيمة، طرح الأسئلة الأخلاقية والنفسية من خلال الأفلام والمسلسلات يمكن أن يساعد الأفراد على إعادة تقييم حياتهم وأولوياتهم، مما يساهم في تعزيز الصحة النفسية.

### التحفيز الشخصي:

1 - استلهام القيم النبيلة:

تتضمن أحداث عاشوراء العديد من القيم النبيلة مثل الشجاعة والتضحية والعدالة، من خلال تجسيد هذه الأحداث في الأفلام والمسلسلات، يمكن للأفراد استلهام هذه القيم وتطبيقها في حياتهم اليومية، هذا النوع من التحفيز يمكن أن يكون فعالاً في



## الفوائد النفسية والاجتماعية المشتركة:

1 - تعزيز التماسك الاجتماعي:  
يمكن للأفلام والمسلسلات التي تعالج أحداثاً عاشوراء أن تعزز الروابط الاجتماعية بين أفراد المجتمع. من خلال مشاهدة هذه الأعمال بشكل جماعي في المناسبات المختلفة، يُظهر الأفراد دعماً وتعاطفاً مشتركاً مما يساهم في تعزيز التماسك الاجتماعي.

**ورق**  
تتضمن أحداث عاشوراء العديد من القيم النبيلة مثل الشجاعة والتضحية والعدالة، من خلال تجسيد هذه الأحداث في الأفلام والمسلسلات، يمكن للأفراد استلهام هذه القيم وتطبيقها في حياتهم اليومية، هذا النوع من التحفيز يمكن أن يكون فعالاً في تعزيز الإيجابية وتحقيق الأهداف الشخصية

2 - التحفيز على الإبداع والفنون:  
هذه الأعمال الفنية قد تدفع الأفراد للاهتمام بالفنون وإطلاق العنان لإبداعهم سواء في الكتابة، التمثيل، أو حتى السينما. إن التجارب الغنية والمشاعر العميقة التي تتركها هذه الأفلام في نفوس المشاهدين يمكن أن تكون ملهمة للفنانين والمبدعين.

التحديات المحتملة:  
على الرغم من الفوائد الواضحة لمشاهدة هذه الأعمال، هناك بعض التحديات التي يجب مراعاتها، قد يجد بعض الأفراد أن المشاهد العاطفية أو الدموية تؤدي إلى زيادة التوتر أو القلق. لذلك، من الضروري توفير توجيه ودعم مناسب للأفراد الذين قد يعانون من تأثيرات سلبية نتيجة المشاهدة.

تشكل الأفلام والمسلسلات التي تجسد أحداث عاشوراء وسيلة قوية لتعزيز الصحة النفسية والتحفيز الشخصي، من خلال عرض قصص التضحية والشجاعة، يمكن لهذه الأعمال أن تساهم في تخفيف الضغوط النفسية وتشجيع التفكير الإيجابي والعمل من أجل الصالح العام. ومع ذلك،

يجب أن تتم مشاهدة هذه الأعمال بتوازن مدروس، مع مراعاة الأثر النفسي الفردي لكل مشاهد، إن فهمنا العميق لتأثير هذه الأعمال يمكن أن يساعدنا على استخدام الفن كأداة فعالة للتواصل والتعليم والتحفيز.

أن تكون بمثابة مصدر إلهام للأفراد الذين يواجهون صعوبات وتحديات في حياتهم، مشاهدة هذه الأعمال لا تساعد فقط في فهم تاريخهم وثقافتهم، بل تحفزهم أيضاً على مواجهة التحديات بشجاعة وثبات.

3 - تطوير الوعي الاجتماعي:  
الأفلام والمسلسلات التي تتناول أحداث عاشوراء تساهم في رفع مستوى الوعي الاجتماعي بين الجمهور. من خلال مشاهدة المعاناة والتضحيات التي مر بها أصحاب النهضة الحسينية، يمكن للأفراد أن يتعلموا أهمية العمل من أجل العدالة والمساواة في مجتمعاتهم، هذا النوع من الوعي يمكن أن يكون دافعاً قوياً للعمل التطوعي والمبادرات المجتمعية.

4 - تقديم نماذج قيادية:  
تظهر الأفلام والمسلسلات الحسينية العديد من الشخصيات القيادية، مثل الإمام الحسين (عليه السلام) وأصحابه، كنماذج للقيادة الحكيمة والشجاعة في ظل الظروف الصعبة. التعرف على هذه النماذج يمكن أن يكون خطوياً إرشادياً للأفراد في تطوير مهاراتهم القيادية وتنمية صفات مثل الحكمة، التحمل، والقدرة على اتخاذ القرارات الصعبة.



## تذوقوا عاشوراء

زينب كاظم التميمي

تأثيره يكون الدمع والوجع والألم واللمم والبكاء والنحيب وهذا أمر لابد منه فإدراك المعنى الظاهري لابد أن يكون فهو المُكمل للباطن فكما أن الروح لا ترى من دون جسد والجسد لا قيمة له من دون روح كذلك القضية لابد أن تُدرَك بهذه الطريقة. فحقيقة التدقيق في قضية الخدر والستر والحجاب كانت تعني الحجاب ظاهراً أما باطناً فيجب على المرأة أن تُحجب داخلها وتعني مقدار العفة داخلياً، ليكون الحجاب مُكتمل ظاهراً وباطناً. وفي موقفها (عليها السلام): - حينما وقفت أمام الطاغية لعنه الله لتقول كلاماً هزت به عروش الظلم - «ما رأيت إلا جميلاً» أو يرى الجمال في المرارة والأسى؟! نعم، قالتها الحوراء زينب

إن الواقعة التي حدثت ذلك اليوم لم تكن حادثة طبيعية يمكن استيعابها بشكل طبيعي فهناك ظاهر وباطن للقضية الحسينية تلك، وأغلب الناس يرون الأمور على ظواهرها ولكن هناك مواطن لكل ما جرى؛ فالإنسان له جَنبتين جَنبة ظاهرية وجَنبة باطنية فالجسد هو القالب المادي الظاهري والروح هي المعنوي الباطني وهُنا يتضح لنا ما هو الباطن والظاهر في حقيقة الأحداث التي جرت فإن عمق القضية باطناً له ماله من المعرفة وإدراكها له ماله من التأثير البالغ على روح الإنسان وقلبه فالباطن يؤثر بالباطن والظاهر يؤثر بالظاهر فما نعرفه من القضية ظاهراً هو القتل والظلم والعطش والسبي والخوف لهذا



الأذكار ولو أدركنا قليلاً لأصبحنا من الأبرار فقد رأينا العشب ولم نر الأشجار ولا استضللنا بها من حرارة شمس المهلكات وأبدلنا السيئات بالحسنات وأدركنا معنى وسر الحياة ومنهاجها الحق!.

هل يمكن أن ندخل إلى حقيقة المعنى الجمالي الباطني الذي أراد الله إيصاله من خلال القضية؟ قولاً، يمكن ذلك، ولكن فعلاً، يتطلب ذلك منّا الدخول إلى قلب عاشوراء وتذوق الأحداث لقراءتها فقط أو الاستماع لها، لنعي روح القضية، والتمسك بها، وأن نسلك الدرب الذي ساروا عليه لا ليتجلى لنا بعض جمال عاشوراء، بل ليتحقق فينا بعضه.

(عليها السلام).

« ما رأيتُ إلا جميلاً، رداً على ما قاله ابن زياد لها: « كيف رأيت صنع الله بأخيك وأهل بيتك؟ ». فأبي جمال رأت مولاتنا (عليها السلام) في أفجع مصيبة؟ وهل يبزر الموقف الذي حل بها ثقل الجواب ووقعه؟ أم أن العين المعرفية الزينية تتجاوز حدود المشهد الدنيوي؟.

ظاهراً هي علامة على الصبر والرضا والتسليم أما حقيقة الباطن فقد كانت تقول ما تشعر به وما رأت إلا جمال الله تجسيدا في تلك الواقعة؛ وكذا بقية الأحداث الواقعة فلو تأملنا قليلاً بالمجريات لوجدنا هناك سر من الأسرار وذكر من

# موكب جمهور الشوملي.. مسيرة خلود تسرد روايات القران وطف كربلاء

زهراء جبار

(للقوارير) سلطت الضوء على جانب من تلك المسيرة الحسينية..

## خشوع ورهبة

حينما تنذر مكبرات الصوت بإخلاء الطريق من أجل مرور موكب الشوملي ينتابك خشوع ورهبة، هذا ما استهل به مروان الفتلاوي حديثه ثم استرسل قائلاً: «اعتدت المسير إلى قبلة الأحرار سيد الشهداء من كل عام مع رفاقي غير أن هذا العام تزامنت أيام سيرنا بقدم موكب الشوملي، الموكب الذي يحمل صوراً تشبهيّة تحاكي واقعة الطف وقصص الأنبياء كنا نسير مع الركب بهمة نستمتع إلى أحاديث كل مجسم حمل على ظهور الاليات، أثار ذلك الموكب المهيب الرهبة داخلي وأنا أثني على كل من شارك به ليكون بهذه الهيئة المقدسة.

فيما قال أبو فاطمة أحد المشاركين في الموكب: «لم تربطني صلة بصاحب الموكب غير أن صديقي دعاني للمشاركة منذ سنوات وكانت مشاركتي هي وضع شكل تشبهي للحوث على عجلتي الناقلة وذلك تعبيراً عن قصة نبي الله يونس، ومنذ

في شهر صفر من كل عام تنطلق مسيرة حسينية كبرى تحمل أشكالاً تشبهيّة كبيرة تمثل صور رسخت في تاريخ الماضي من سلاله الانبياء حتى استشهاد الامام الحسين (عليه السلام) إذ تجسد مواقفهم التي تناقلتها الروايات وآيات القران الكريم، والتي تبنى موكب جمهور الشوملي تجسيدها بأشكال تشبهيّة تنطق بالواقعة.



وقبله الإمام الحسين والقاسم والعباس (عليهم السلام) وقد اعتراني الخجل من الرسول الكريم ومن سيدتي فاطمة الزهراء والسيدة زينب (عليهم السلام) فبادرت بصنع قباب أخرى تمثل مراقدهم المقدسة وبعدها مثلت قباب الامامين العسكريين بعد تفجيرهما، ثم أكملت تجسيد مراقد باقي أهل البيت (عليهم السلام) وجسدت أحداث واقعة الطف بتفاصيلها ثم معاجر الأنبياء مثل سفينة نوح والحوت وعصى نبي الله موسى وأصحاب الكهف وغيرهم».

وتابع: «وبعد تجهيزي لحمل الأشكال التشبيحية على الآليات الناقلة وتكليف كل شخص بمهمته انطلق بسيارتي الخاصة حيث أزودها بمكبرات صوت أسرد من خلالها قصة كل شكل وما يمثله ودلالته ليستمع الزائرون المرتجلون للقصاص وذلك للمعرفة والاطلاع.

وأشار بقوله: «إن فكرة تصنيع الأشكال إنما هي للفت انظار الزائرين والانطلاق بموكب مميز دون غيره إذ يكمن بخصوصية فريدة تثير فضول الزائري والاستماع إلى ما نسرده عن واقعته، هذا وقد وصل العدد الاجمالي إلى (67) شكل تم انجازه للمشاركة بعد أن قامت الورش الفنية بما يلزم من إدامة كالحداثة وخطاطة المستلزمات وغيرها، وأكد بأنه في كل عام يضيف شكل جديدة إلى ركب الموكب، هذا وقد بلغت تكلفة الموكب ما يقارب (6) مليار دينار منذ يوم تأسيسه إلى الآن جميعها تبرعات ذاتية وهذا كله من بركات الإمام الحسين (عليه السلام).

### الحسين رسالة خلود

يذكر أن قرية الشوملي تقع في مدينة بابل وقد سميت بهذا الاسم نسبة إلى نهر يمر بأرضها يسمى بنهر الشوملي لذا حمل الموكب هذا الاسم، كما يتخلل الموكب مراسم عديدة تزامنا مع اليوم الأول من محرم الحرام بمشاركة اعداد غفيرة من المعزين بمواكب (عزاء الزنجيل) والتشابه واحياء ليلة الوحشة ودفن الأجساد الطاهرة وموكب خدمي يبدأ يوم العاشر من صفر وصولا إلى (16) صفر وهو اليوم الذي تنطلق فيه المسيرة الكبرى بأكثر من (35) ناقلة ويشارك فيه أكثر من (4000) معزي ويستمر المؤسسون بتقديم خدماتهم إلى يوم (20) صفر لينتقلوا يوم (25) صفر إلى مدينة النجف الاشراف لإقامة موكب خدمي لإحياء مراسم ذكرى استشهاد النبي الاكرم (صلى الله عليه وآله وسلم).  
لقد جسد الحسين (عليه السلام) من خلال صبره و تضحياته التي فاقت حدود العقل البشري نموذجا راقيا في التسليم لقضاء الله والرضا به، وبذلك سجل رسالة خلود تنالقتها الاجيال حتى يومنا هذا اذ سعوا الى تجسيدها بألاف الصور لتكون مناارا لطريق الأحرار.

ذلك اليوم وأصبحت أنا مختص بحمله في المسيرة وقد دعوت رفاقي أيضا لمن يود المشاركة وقد شارك الكثير منهم، فهناك من حمل شكل لبيت الله الحرام، أو قباب لأضرحة أهل البيت (عليهم السلام) أو أشكال مختلفة أخرى مثل، عصى نبي الله موسى أو كهف النبي محمد (صلى الله عليه وآله وسلم) وقد بادرنا أيضا تصنيع أشكال تشبيهية تعبر عن قوات الحشد المقدس تجسيدا لفتوى الجهاد الكفائي استذكار بطولاتهم.

ختم حديثه: «مهما تحدثت لا يسعني وصف شعوري لما يحمله هذا الموكب من مكانة خاصة في نفسي فقد بت لا أقبل ولا أحد من المشاركين أن ينتزع من محمله الشكل الخاص به حتى إننا نتحمل في كل عام صيانتها على نفقاتنا الخاصة ليليق بركب موكبنا، اسأل الله أن يتقبل منا هذا العمل ويكون في ميزان حسناتنا.

### ارتباط روحي

والتقت (للقوارير) بكفيل الموكب الحاج عباس عبد السلطاني ليحدثنا عن فكرة تأسيس الموكب قائلا: «منذ زمن بعيد وأنا اطمح إلى تجسيد واقعة الطف بهياكل تشبيهية تحاكي الواقعة، ونبع هذه الفكرة ارتبط بي روحيا لأني شاعر وباحث اسلامي فقد قرأت الكثير من المراجع وقصص أهل البيت والأنبياء ومعاجزهم (عليهم السلام) وبعد أحداث 2003 تأهبت لتنفيذ الفكرة على أرض الواقع حيث أبصر الموكب النور في عام (2004)».

وأضاف: «بدأت بأول خطوات المشروع بجمع تبرعات من أهل الخير نساء ورجال وأطفال وبعدها جهزت ورشة صغيرة لتصنيع الاشكال كانت بدايتها مجموعة من القباب لبيت الله الحرام

**لقد جسد الحسين (عليه السلام)  
من خلال صبره و تضحياته التي فاقت  
حدود العقل البشري نموذجا راقيا في التسليم  
لقضاء الله والرضا به، وبذلك سجل رسالة خلود  
تناقلتها الاجيال حتى يومنا هذا اذ سعوا  
الى تجسيدها بألاف الصور لتكون مناارا  
لطريق الأحرار**



فمن وجدان الحقيقة

زينب..

## قصة سبي ومراقب مسيرة

سعاد البياتي

لا أبالغ حينما أقول أننا كلما دنونا من تلك البقعة الشريفة مقام سيدتي زينب (عليها السلام) نتوق لركبها ومسيرتها الطويلة والأليمة في رحلة السبي إلى الشام، إذ خلدها التاريخ كأعظم الرزايا والمظلوميات لأهل بيت النبوة ووقفها الجادة والمدوية في دار خلافة بني أمية اللعين حينما وقفت شامخة لتصدر بيان التحدي الذي ما زال يرددونه دون توقف، وبينون عليه تضحياتهم المعنوية، عندما خاطبت قاتل أخيها قائلة «والله لن تمحو ذكرنا، ولن تميت وحيانا» لتكون هذه الشخصية عنوانا لحفظ الذكر المحمدي والوحي الإلهي.

عليه وآله افضل الصلاة والسلام، تأثيرها القوي في نفوس شيعة أهل البيت وما تعنيه لهم من صورة الصبر العظيم والايثار وحفظ كرامة أحفاد أهل وأصحاب الحسين في معركة الطف الخالدة على مر التاريخ، تمكن هذا الحزن من التعمق في الوجدان الاسلامي وصار قضية وتعبيراً عن الحق ونصرة المظلوم وحفظ تراث بيت النبوة.

في شام سوريا يشاهد مقامها العظيم وعلوه بشموخ، لتكون اولى محطات العزاء المحفور في تقويم الشهادة

فأي تقصير معها ولو في ماماتها هو خيانة للذكر وللوحي، لتمثل طهر وعفاف كل امرأة مسلمة، وحمية كل رجل مسلم، وهي التي جعلت من واقعة كربلاء نهضة معنوية وجهادية ما زالت إلى يومنا هذا، فضلا عن أنها حاضنة الدموع والآلام والصبر والغربة مروراً بكل من التحم بروح المسير الكربلائي ولأنها محور من محاور العقيدة التي يقصدها وينتمي إليها المسلمون من كل بقاع العالم، وما زينب إلا حب محمد وعلي وفاطمة والحسن والحسين، فلذكراها وقع في أفئدة النساء المعزيات ليوم العاشر من محرم، ولمراثيها وصبرها تنتظم القصائد والمرثيات بأحلك الكلمات والمعاني، وإلى مقامها الشريف تُشد الرحال والقوافل كل عام حاملة معها المواساة واللهفة لتلك البقعة المقدسة (فإليك تهفو قلوب المؤمنين، فخذيني في ركبك سيدتي).

### تأثير وايتار

ففي وجدان كل إنسان حقيقة لا يمكن نفيها أو نكرانها، تدور في عالمه الروحي كما تدور الارض دورانها المعتاد، نحتت في صخر الانتماء لآل البيت وفجيعتهم بسيد الشهداء ومصاب اسرته الكريمة مراثي الوجع بحروف من دم وكبرياء، السيدة زينب عليها السلام الرمز الثوري الأعرق بعد سبط رسولنا الكريم

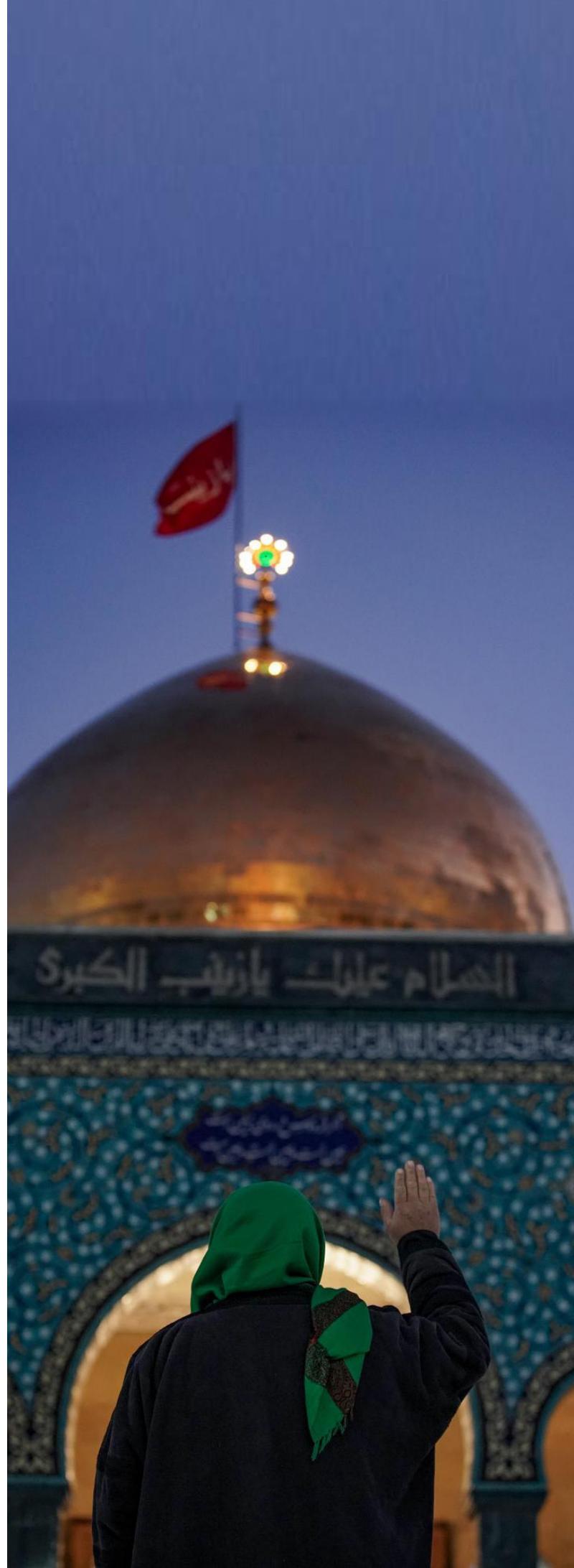
**ور**  
في شام سوريا يشاهد مقامها العظيم وعلوه بشموخ، لتكون اولى محطات العزاء المحفور في تقويم الشهادة وخط استمرارها، واي زائر لمشهدها الشريف يستشعر الأسى وعمق المصيبة حينما يشم عقب ريجها الطاهرة عن بعد، فللمقام هالات من الحزن تلمسه بدلالة انسياب الدموع لحظتها بغزارة لما تمنحك الصورة المباركة تفاصيل شجاعة عن مدى ما تحملته هذه السيدة من مأس وويلات في عاشوراء

كل من كان بقافلة العقيلة الهاشمية  
شعر الإحساس ذاته، (صمت ودموع)  
انهارت النفوس والقلوب والأجساد نحو  
مقامها بتعازي ورثاء افقدنا شعورنا بالآخر،  
وتمسكنا بشباك بنت المرتضى بكل اشتياق  
ولوعة وكأنها تستقبلنا وترد علينا العزاء  
ببكاء سيد الشهداء، لحظات أدركنا فيها  
غربتها وأينها الحار الممزوج بصدى روعة  
ضريحها المتألق والمتميز بنقوشه وتصميمه  
البارع في الكمال والهيبة

وخط استمرارها، واي زائر لمشهدها الشريف يستشعر الأسى  
وعمق المصيبة حينما يشم عبق ريحها الطاهرة عن بعد،  
فللمقام هالات من الحزن تلمسه بدلالة انسياب الدموع  
لحظتها بغرارة لما تمنحك الصورة المباركة تفاصيل  
شجاعة عن مدى ما تحملته هذه السيدة من مأس وويلات في  
عاشوراء.

### صمت ودموع

سما نورها وتجليات صبرها وقوتها عبر كلمات استغاثت بقلم  
أبي إلا أن يكتب روائع الاستحقاق لسائلة نبي الرحمة، هنا  
استوقفني تسارع الخطى نحو مشهدها حينما زرته لأول مرة  
منذ سبعة أعوام، لحظات صامتة إلا أنها تنطق دموعاً وآهات  
لقصة مفعمة بالقتل والسبي والوجع الكبير الذي استقر زماناً  
في تلك القصة والحكاية العاشورائية، كل من كان بقافلة  
العقيلة الهاشمية شعر الإحساس ذاته، (صمت ودموع) انهارت  
النفوس والقلوب والأجساد نحو مقامها بتعازي ورثاء افقدنا  
شعورنا بالآخر، وتمسكنا بشباك بنت المرتضى بكل اشتياق  
ولوعة وكأنها تستقبلنا وترد علينا العزاء ببكاء سيد الشهداء،  
لحظات أدركنا فيها غربتها وأينها الحار الممزوج بصدى روعة  
ضريحها المتألق والمتميز بنقوشه وتصميمه البارع في الكمال  
والهيبة، ملاء عطر لا زال ينساب في ذاكرتي كل يوم وكأنني  
حظيت به لفرط حبنا وتعلقنا بالعقيلة، وتمر الأيام على مكوناتنا  
في أرض الشام وكلمنا هرعنا إلى مقامها المقدس تتجدد  
الآهات والدموع، ففي باحات ذلك المكان تتراءى أمامك تلك  
المسيرة المرة والقاسية وكيف وصل الركب الزينبي إلى هنا  
وفيه من المسافات ما ينهك القوى، كم تحملت سيدتي ومن  
معك لتجعلي من قصة السبي رمزاً لكبرياء الهواشم وعنواناً  
لشموخ البيت النبوي العظيم، جئناك من بعيد متلهفين نحمل  
لك سلاماً من كربلاء الحسين.



# ملامح وصور من زيارة الأربعين الخالدة

تصوير - رغد العبيدي



# زينت أسماؤهم النيرة الساريات.. موكب قناديل السماء لوحة تراجيدية تستذكر شهداء الطف

للقوارير

وسط حضور مهيب للمعزين انفرد موكب ارتجالي بمسيرة منتظمة تدب خطواته الرصينة مع قرع الطبل معلنا وصوله ضمن سيل مواكب العزاء ليرسم لوحة تراجيدية نيرة تستذكر اسماء شهداء معركة الطف الخالدة، فكان (قناديل السماء) الاسم الخاطف الذي سرق أنظار المعزين وحتى المشاركين به للتقصي حول من ترك بيته وعياله ليكون من انصار الحسين بن علي (عليهما السلام) في ظهيرة يوم عاشوراء.



## علاقة مؤثرة

اربعة وتسعون قنديلاً أضاءت كربلاء أرض الخلود والوجود والفداء، حيث كل من شارك في مسيرة موكب قناديل السماء تنشأ علاقة مؤثرة بينه وبين الاسم الذي رفعه على السارية التي حملها مترجلاً من شارع العلقمي مروراً بالصحن الهاشمي ثم منطقة ما بين الحرمين والتي تكون وصلات التوقف بها مطولة ليتسنى للمعزين والرائدين قراءة الاسماء والاجابة عن تساؤلاتهم ان طرحتها على المشاركين في الموكب وصولاً الى الصحن الحسيني حيث يتوقف الموكب ليشكل حلقة لإقامة العزاء وهم جالسين (كعدة) وذلك

(للقوارير) تنقلنا بين سطورها للتعرف على بداية انطلاقة الموكب مع مؤسسه المهندس ايهاب محمد علي العويدي استهل حديثه قائلاً: «راودتني فكرة موكب قناديل السماء وأنا بين المشاركين في عزاء ركضة طويريج كان منظر الموالين وهم يهرولون صوب ضريح الامام الحسين (عليه السلام) الملهم الأول لولادة الف سؤال في خاطري عن من كان معه من الانصار في ثورة الخلود التي نحيها اليوم بكل تفاصيلها الأليمة الأمر الذي جعلني أسعى لمراجعة العديد من المصادر الدينية والروايات الموثقة عن المشاركين في معركة الطف وعددهم الحقيقي وابتكار طريقة نستذكر بها امجادهم.

واضاف: «لم يكن الأمر يسير حيث لاقيت آراء مختلفة بصدد فكرة استذكارهم فقد كانت الروايات مختلفة لذا واجهتني صعوبة في جمع معلومات موثوقة عنهم بحسب المؤرخين، وكانت الفكرة الأولى هي رفع أعلام في ركضة طويريج تكتب عليها اسماءهم المباركة غير أن الامر لاقى رفضاً من قبل بعض الاصدقاء والمشايخ حيث أن ركضة طويريج لها مراسم خاصة لا يمكن أن تتجرأ أو تتخلها فعاليات دينية أخرى، فضلاً عن زخمها مما سيؤدي إلى تشتت الفكرة والهدف الاساسي الذي كنت ابتغيه فقررنا أن نوضح الأعلام على مقوسات مسقفات الحدائق في منطقة بين الحرمين الشريفين غير أن الاقواس تم تحديث تصميمها مما أثار في داخلي الحزن البالغ وكان لا تبرح مخيلتي انجاز هذه الفكرة فارتأيت أن أؤسس موكباً خاص بهم، وهذا ما جعلني استعين بالأستاذ جواد الحساوي عضو مجلس الإدارة في العتبة العباسية المقدسة ليتعاون معنا في إيصال الموضوع إلى سماحة المتولي الشرعي السيد احمد الصافي والذي اسعدته فكرة هيئة الموكب ليكون الداعم له وطرح مقترح استبدال الاعلام بالساريات وتخط عليها الاسماء.»

البذرة التي علينا غرسها في طريق أبي الأحرار ليكملوا الرسالة الحسينية من بعدنا».

### دعم ومساندة

ويذكر لنا العويدي عن الداعم الاول له قائلاً: «اشرقت انوار مسيرة موكب قناديل السماء عام (2014 م) حيث كان مجمل الدعم اللوجستي من قبل سماحة السيد أحمد الصافي حيث وجّه بأن تجهز صناعة الساريات من مادة الألمنيوم على نفقة العتبة العباسية المقدسة، كما أثنى وأبارك على جهود الإخوة الموالين في شعبة الخياطة حيث تطوعوا بالعمل وتطريز الاسماء بشكل لائق وجميل على قوالب من القماش تثبتت بالسارية لينالوا شرف المشاركة، ولا ننسى بالذكر تعاون الاستاذ جواد الحسنوي بدعمه الدؤوب من أجل استمرار الموكب بهذه الاطلاقة المباركة».

وبين قائلاً: «أن الملابس الخاصة بالموكب هي ارتداء الزي العربي المتعارف الجلابيب البيضاء (الدشاشة) والكفوف والجوارب

لإحياء مراسم العزاء القديمة بهذا الطراز الخاص. ويصف أحد المشاركين في الموكب بأن علاقته باسم الشهيد الذي رفعه على السارية كانت مؤثرة مما دفعه للتمني بأن يكون بمكانته التي خصه الله بها وهو يقف بمحاذاة حفيد رسول الله (صلى الله عليه وآله وسلم) فهنيئاً له هذه الشهادة.

### مسير الموكب

وحول مسيرة الموكب تابع العويدي: «ينقسم الموكب لعدة مراحل متتالية يتصدرها بوسترات تعريفية باسم الموكب ثم يليها مجموعة حملة القرآن الكريم والتي كانت فكرته منذ بداية تأسيسه وليس بترامن مما حصل مؤخرًا في انتهاك حرمة المباركة، وبعدها يليهم سفراء الحسين (عليه السلام) وقد كانوا أربعة سفراء الأمر الذي يجعله أغلب الموالين حيث من المتعارف فقط السفير مسلم بن عقيل (رضوان الله عليه) و تنقل لنا الروايات أن هناك أربعة سفراء أرسلهم الإمام صوب الكوفة فكان



البيضاء ليتناسق ارتداء الهندام ويظهر بشكل يليق بشرف المراسم، هذا وقد وفر المعنيون في العتبة العباسية المقدسة مكانا خاصا لتخزين مقتنيات الموكب بشكل دقيق للحفاظ عليها وتكون هذه المهمة من اختصاصي، فضلا عن اشرافي الكامل في تنظيم الموكب وتوفير الاحتياجات اللازمة». حتم العويدي حديثه متمنيا، أن يدرج اسمه ضمن سجل خدمة أبي عبد الله الحسين (عليه السلام) وينال بذلك منزلة الشهادة لما يقدمه من جهد ضئيل قياسا بالتضحية التي قدمها أنصاره في ثورته الخالدة.

السفير الوحيد الذي وصل تخوم الكوفة هو مسلم بن عقيل والذي نال الشهادة قبل واقعة الطف.

ثم تتصدر سارية رفع عليها اسم الإمام الحسين من ثم عبد الله الرضيع وبعدها ابي الفضل العباس (عليهم السلام) بعدها أسماء القادة وتليها أبناء عمومتهم و في آخر المسيرة اسماء أنصار الإمام».

وأضاف: «كما يتخلل الموكب رمزية لمهد الطفل الرضيع وذلك لما له من دور مؤثر وأطفال يحملون الورود لأن تواجدهم مهم، فهم

## ندبة

عقيلة الريح

بِالطَّفِّ شَجُوكَ يَا غَرِيْبَا فِي الْوَرَى  
 يَا غَائِبًا بَيْنَ الْعَوَالِمِ لَا تُرَى  
 لَمَّا هَوَى جُسْمُ الْحَسَنِ مَجْدًا  
 بَكَتِ السَّمَاءُ عَلَيْهِ رِزَاءً أَحْمَرًا  
 الرَّأْسُ فِي وَحْيِ الْهَجِيرِ مُتَمِّمًا  
 وَالْجِسْمُ مِنْ رِضِّ الْخِيُولِ تَكْسَرًا  
 بِالْآهِ فَاطِمَةَ تَجَدَّدَ عَضْرُهَا  
 فِي دَهْشَةٍ لَمَّا أَشَدَّ الْخُنْصَرَا  
 لَهُ مِنْ خُطْبِ الزَّمَانِ بِمَحْنَةٍ  
 يَبْقَى ثَلَاثًا فِي الْوَهَادِ عَلَى الثَّرَى  
 وَرِضِيْعُهُ بِالسَّهْمِ ضَامٌ قَدْ هَوَى  
 أَذْرَكَ صَغِيرًا بِالصَّعِيدِ مَعْفَرًا  
 فَهَنَّاكَ نَدْبٌ لِلِيْتَامِي بَعْدَهُ  
 أَمَسْتُ حِيَارِي بَيْنَ آهَاتِ السَّرَى  
 هِيَ زَيْنَبُ الْحَوْرَاءِ طَوْدٌ شَامِحٌ  
 رَسَمْتُ شَعَارًا لِلطَّغَاةِ مَحِيرًا  
 هِيَ زَيْنَبُ هَزَّتْ عُرُوشًا بَعْدَهُ  
 وَبَبُوْحَهَا عَدَّتْ رِثَاءً مَا جَرَى  
 فِي صَدْرِهَا أَدْلَى الْمِصَابِ بِهَمِّهِ  
 وَالْقَلْبُ مِنْ عَظْمِ الْخُطُوبِ تَفْطَرَا  
 بِتَفْجَعِ رَسْمِ مَلَايحِ فِكْرِهَا  
 مَسْرَى الرِّسَالَةِ نَهْجَهَا الْمُتَبَصِّرَا  
 سَيِظَلُّ ذِكْرُكَ يَا حَسِينَ مَخْلَدًا  
 تَحْيَا الْقُلُوبَ بِذِكْرِهِ مُتَعَطِّرَا



قُدمت باحترافية

## أثر حسيني

### مشاهد من واقعة الطف الخالدة

بتحفة فنية تجذب  
الأنظار لمشهد من  
مشاهد واقعة  
الطف الخالدة،  
لخدر العقيلة  
خيمة السيدة زينب  
(عليها السلام)  
الحزينة وقفنا  
بانبهار نطالع ما  
جادت به أنامل  
الست ايناس  
محمد ناجي في  
عملها الفني  
الرائع الذي يحاكي  
الواقع الحزين  
للمأساة الخالدة  
ليكون واحدا من  
أعمال فنية رائعة  
لامست القلوب  
وقدمت باحترافية  
عالية شكلت  
بمجملاها معرض  
اثر حسيني) الذي  
نظم مؤخرا في  
محافظة بابل.

ساجدة ناهي  
تصوير - حيدر الحيدري





تنظمه الشعبة بالاشتراك مع قسم المتحف شعبة الفن الحسيني التابعة للعتبة الحسينية المقدسة التي تشارك لأول مرة في هذا المعرض.

وسبق لشعبة الأشغال اليدوية والحديث لمسؤول الشعبة أن اشتركت بمعرض خاص في مهرجان تراثيل سجادية بعد أن تلقت دعوة رسمية من قبل العتبة الحسينية المقدسة للاشتراك فيه في الخامس والعشرين من شهر محرم الحرام وكانت هذه الدعوة الكريمة بمثابة الحافز الأساسي لإقامة معرض (أثر حسيني) حيث تم الاعداد له في وقت قياسي وتم الانجاز في وقت لا يتجاوز الشهر او الشهر والنصف .

تنوعت الأعمال الفنية المشاركة في هذا المعرض ما بين الرسم والخط والسيراميك وأعمال متميزة في فن طي الورق والمعادن والجلود وغيرها من الخامات التي جسدت واقعة الطف والقضية الحسينية من أعمال غاية في الروعة.

أما الفنانون المشاركون في هذا المعرض فهم من ملاك الدائرة ومشرفين فنيين وبسبب قلة عددهم استعانوا الشعبة بأعمال معلمين ومدرسين اختصاص (تربية فنية) بصيغة تكليف للعمل بالأشغال اليدوية

وأضاف مشتاق أن شعبة الأشغال اليدوية تنظم سنويا عشر ورش لأعمال متنوعة الخامات منها ورشة السيراميك والمعادن والجلود والحياسة والرسم والخط والنجارة إضافة إلى طي الورق و المكرميات كما تنظم الشعبة معارض سنوية لإنتاج هذه الورش موضحة ان الوظيفة الأساسية لها هي تدريب المعلمين والمدرسين اختصاص (تربية فنية) بواقع اربع دورات تدريبية سنويا.

علي راجي ناجي المدير العام للتربية في محافظة بابل قال في كلمته التي خُطت على الملف الأنيق الخاص بالمعرض أنه يثمن ويبارك جهود الفنانين الذين خطوا ونقشوا بأناملهم على الورق والخشب والجلود والمعادن باحترافية فنية يدوية وهم يجسدون ويخلدون هذه القضية الكبرى في معرضهم الحسيني الأول الذي نرى فيه اثرا يمنحنا الانتماء العميق لقضية سيد الهداء (عليه السلام).

العمل كان من الطين غير المفخور حيث ساهم عدم وقت كافي لتزجيجه بالسيراميك بغية المشاركة في هذا المعرض بوقت قياسي، في ظهور هذا العمل بهذه الطريقة الرائعة وبلمسات بدت أكثر واقعية جسدت مأساة العقيلة (عليها السلام) برفقة الأطفال والشعور الفريد بالوحدة والحزن العميق بعد نهاية المعركة مما جذبت أنظار رواد المعرض إليه بصورة لم تكن متوقعة.

موضوع الخيمة في هذا المعرض كان محورا متميزا لتتحول الانظار إلى عمل فني متكامل آخر من ابداعات النساء المشاركات في هذا المعرض منه عمل من أفكار الست زهراء جليل كريم يجسد الخيمة المحترقة بعد معركة الطف الخالدة محاطة بعدة مفردات ورموز منها الرسائل المختومة من رؤساء العشائر التي حملت الامام الحسين (عليه السلام) للمجيء إلى كربلاء والصحراء والأشواك والقذور الفارغة من الماء والطعام إضافة إلى القرآن الكريم المفتوح على سورة الكهف التي كانت أخر ما قرأ الامام الحسين (عليه السلام) قبل أن يخرج إلى المعركة وبيت من الشعر لابن العرندس الحلي وهو يقول (أيقتل ضمانا حسين بكر بلا) حيث ساهم عدد من زملائها في إضافة الأفكار واللسمات الأخيرة ليخرج العمل بهذه الطريقة الجميلة

السيد مشتاق طالب حسين مسؤول شعبة الأشغال اليدوية التابعة لقسم الاعداد والتدريب في المديرية العامة للتربية في محافظة بابل أكد لمجلة للقوارير ان أكثر من عشرين فنانا تشكليا شاركوا في (أثر حسيني) وهو المعرض الفني الأول الذي

**تنوعت الأعمال الفنية المشاركة في هذا المعرض ما بين الرسم والخط والسيراميك**

**وأعمال متميزة في فن طي الورق والمعادن والجلود وغيرها من الخامات التي جسدت واقعة الطف والقضية الحسينية من أعمال غاية في الروعة**



# عطاء الإمام الحسين (عليه السلام).. مبادرة إنسانية أفاضت بالرحمة والسخاء

للقوارير

في مثل هذه الأيام من العام الماضي شهدت مدينة كربلاء مبادرة إنسانية أفاضت بالرحمة والسخاء على كل المواطنين العراقيين من الجنوب إلى أقصى الشمال، حيث بادرت العتبة الحسينية المقدسة بمعالجة جميع الحالات المرضية داخل مؤسساتها الصحية بأجور مدفوعة الكلفة وذلك من خلال مبادرة (عطاء الحسين- عليه السلام-) المجانية التي أطلقها ممثل المرجعية الدينية العليا الشيخ عبد المهدي الكربلائي، وقد كانت هذه المبادرة للمرضى كطوق نجاة للتخفيف عن كاهلهم أجور العلاج ووظأة الألم لتترك أثر زاخر بالمودة لكل من كانت له بصمة من القائمين على إطلاقها إلى العاملين فيها.

## فيض حسيني

يذكر أن ممثل المرجعية الدينية أطلق هذه المبادرة من (20 محرم الحرام وحتى نهاية شهر صفر لعام 1445هـ)، إذ استمرت (40) يوماً لتقديم كافة الخدمات الطبية للمرضى في جميع المؤسسات التابعة للعتبة الحسينية المقدسة من عمليات و علاج وتشخيص ورفود وخدمات مختبرية، ومن أجل ضمان حقوق جميع المرضى استخدمت الجهات المعنية آلية الحجز المسبق أثناء المبادرة وإجراء الفحوصات الطبية اللازمة للمريض حتى بعد انتهائها وذلك بسبب الزخم الذي شهدته المؤسسات الطبية خلال تلك الفترة.

(13) محرم الحرام، أما المرحلة الثانية فإنها ستمتد للفترة من (20) محرم الحرام وحتى (10) صفر الخير لسنة 1446هـ، وستشمل المستشفيات والمؤسسات الصحية المتمثلة بـ (مؤسسة وارث الدولية لعلاج الاورام، ومستشفى الإمام زين العابدين (عليه السلام) ومستشفى سفير الامام الحسين (عليه السلام) الجراحي، ومستشفى خديجة الكبرى (عليها السلام) التخصصي للمرأة، ومستشفى الإمام المجتبي (عليه السلام) لأمراض الدم وزراعة نخاع العظم، ومركز السيدة زينب الكبرى (عليها السلام) الجراحي التخصصي للعيون، ومركز ميزان للرعاية الصحية المنزلية.

## الإحصائيات

بلغ مجمل النفقات المالية لمبادرة عطاء الإمام الحسين (عليه السلام) الطبية المجانية للعام الماضي (16,063,231,088) دينار عراقي والتي قدمت العلاج للمواطنين من كافة المحافظات، وقد تم خلالها إجراء (4,815) عملية جراحية، و (290,540) فحصاً طبياً، كما تم استقبال (217,950) مراجعاً في جميع المؤسسات الطبية.

## عطاء لا ينضب

ها قد عاد إلينا عاشوراء محملاً بمزايا عطاء الحسين (عليه السلام) إذ انطلقت مبادرة (عطاء الامام الحسين عليه السلام) لعلاج جميع المواطنين العراقيين مجاناً، للسنة الثانية على التوالي تيمناً بحلول شهري الأحران محرم الحرام وصفر الخير جاء ذلك بناء على توجيه ممثل المرجعية الدينية العليا للعتبة الحسينية المقدسة في كربلاء. وقد انطلقت المبادرة على مرحلتين، الأولى للأيام (11, 12،

## رعاية حسينية

مراسم حزن توحشت بالعطاء في شهري محرم وصفر خص الله بها المرضى برحمته لتكون هذه المبادرة كتطبيق جزء ضئيل من أحد أهداف النهضة الحسينية إذ قالها سماحة المتولي الشرعي وهو على منصة إعلانها للعام الأول والثاني: (ان الإمام الحسين (عليه السلام) أعطى كل شيء دون مقابل، ولزاماً علينا أن نعطي ونقدم للإمام الحسين (عليه السلام) الذي قدم لنا كل شيء لذا حملت هذه المبادرة اسم العطاء).

لقد ترجمت هذه المبادرة رسالة انسانية دأبت المرجعية العليا على جعلها من أولوياتها لخدمة العراقيين جميعاً دون النظر إلى المذهب أو الدين أو المكان، وكذلك تمثل ترجمة للمنهج الإنساني والوطني للعتبة الحسينية المقدسة، فشكراً من ثنانيا القلب لتلك الايادي البيضاء التي امتدت إلى المحتاجين في لحظات كانوا بأمس الحاجة إليها وسط ما يعيشونه في دوامة الحياة ومتطلباتها.

# استفتاءات فن التبرعات

للقوارير

**السؤال:** العلم بأن المنطقة لا يوجد بها جامع أو مصلّى، وما حكم من أعطى أموال الزكاة من دون مراجعة الحاكم الشرعي جهلاً بالموضوع؟

**الجواب:** يجوز ذلك إذا لم يوجد متبرّع لبناء الجامع، ولكن يقتصر في صرفها على الأمور الضرورية ممّا يحتاج إليه في بناءه إذا كانت هناك حوائج أهمّ منها كالحوائج الملحة للفقراء، وإلاّ جاز صرفها لبناء الجامع على النحو المتعارف. ومن أعطى من قبل مالاً وكان في مورده كان مقبولاً.

**السؤال:** جمعت تبرّعات من إخواننا المؤمنين لبناء مسجد، وفي أثناء البناء أو صانني بعض الإخوان ببناء دار لإمام المسجد أو بناء حسيينية أو مغتسل من تلك الأموال، فهل يجوز لنا ذلك؟ وإذا بدأنا العمل في بعض تلك الأمور فماذا نفعل؟

**الجواب:** الأموال المتبرّع بها لبناء المسجد لا يجوز صرفها في بناء غير المسجد، ولو فرض صرف شيء منها في ذلك وجب التعويض.

**السؤال:** تتجمّع عندي مبالغ من المال أتبرّع بها المؤمنين

**السؤال:** هل يجوز جمع التبرّعات لبناء مساجد ثمّ إنفاقها في غير ذلك؟

**الجواب:** لا يجوز إلّا مع إحرار رضا أصحاب الأموال بأن تصرف في موردٍ آخر.

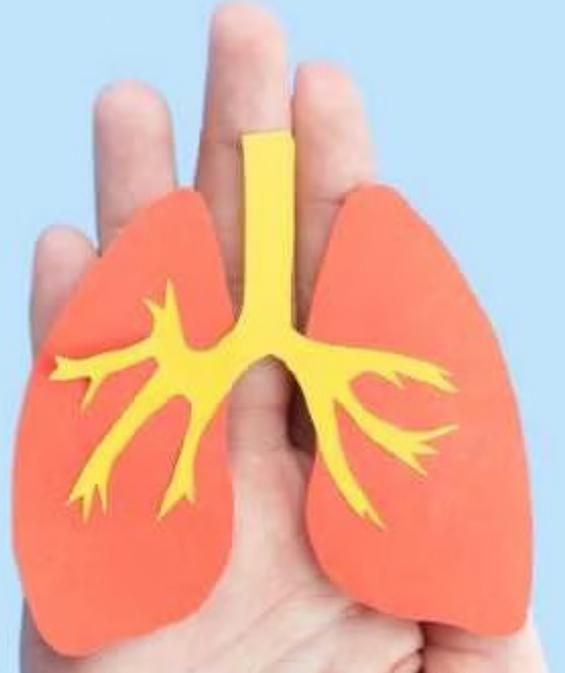
**السؤال:** هل يجوز التبرّع بالأعضاء لشخص مسلم شيعي؟ وما هي الأعضاء التي يجوز التبرّع بها؟

**الجواب:** يجوز التبرّع بالكلية - مثلاً - إذا كانت للمتبرّع كلية أخرى سليمة.

**السؤال:** هناك جهة جمعت أموالاً وتبرّعاتاً لمجلس الإمام أبي عبد الله الحسين (عليه السلام) واشترت بهذه الأموال أجهزة صوت، فهل يجوز استعمال هذه الأجهزة في مناسبات آخر ذات طابع عام؟

**الجواب:** لا يجوز.

**السؤال:** هل يجوز إعطاء أموال الزكاة لجامع بني حديثاً مع



**بحسب رغبته بنية التبرع للمأتم؟**  
الجواب: يجوز التأجير إذا كان ذلك من مصلحة الحسينية، كما يجوز التبرع.

**السؤال: هل يعتبر طفل الزوج المفقود اثر العمل الإرهابي يتيماً؟**

الجواب: لا يعتبر يتيماً إلا مع الوثوق بموت الزوج، ولكن يمكن تعميم التبرعات لتشمل أبناء المفقودين مع إعلام المتبرعين بذلك.

**السؤال: يوجد متول لإحدى الحسينيات، ويوجد فيها صندوق توضع فيه مبالغ خاصة بالحسينية، فهل يجوز للمتولي أن يأذن بالاقتراض من هذا الصندوق لمدة معينة وإعادة المبلغ إليه إذا كانت هناك حاجة عقلائية ولم تكن الحسينية بحاجة إلى أية نفقات، والمبلغ لا يؤثر على عطاء الحسينية، فهل يجوز مثل هذا التصرف لحاجة عقلائية؟**

الجواب: لا يجوز.

**السؤال: ما حكم وضع الأموال في شباك وأضرحة الأئمة (عليهم السلام) في الوقت الحاضر بعنوان هدايا أو تبرعات؟**

الجواب: لا مانع من ذلك في العتبات التي تشرف على إدارة شؤونها لجان مكلفة من قبل المرجعيات الدينية لهذا الغرض.

المصدر: موقع المرجع الديني الأعلى السيد علي الحسيني السيستاني (دام ظله)

**لأعمال الخير، فهل يجوز الاقتراض منها على أن أقوم بإرجاعها من مال آخر؟ وهل يجوز إيداعها في البنك وأخذ الفوائد المترتبة عليها؟ وهل يختلف الحكم فيما لو كان التبرع بتلك الأموال بها لمسجد أو حسينية أو لغيرهما؟**

الجواب: لا يجوز لك الاقتراض منها ولا إيداعها في البنك ولا أخذ الفائدة لنفسك إلا إذا كنت مخلّواً في شيء من ذلك من قبل المتبرعين مسبقاً.

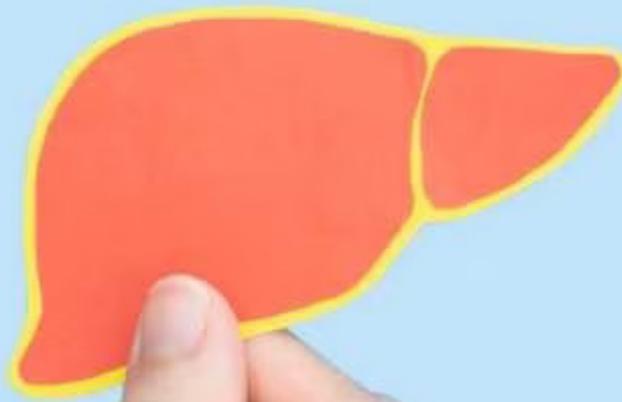
**السؤال: هل يجوز للعاملين على شؤون الفقراء استخدام الهاتف والكهرباء والأدوات المكتبية اليسيرة عوضاً عن خدمتهم في جمعية (ما) خيرية إذا كانت هذه الأموال تدفع من الصدقات؟**

الجواب: الأحوط مطلقاً تأمين الاحتياجات المذكورة من التبرعات المطلقة أو ما يتبرع به لهذا الشأن بالخصوص.

**السؤال: ما هي الأمور المسموح للمتطوعين للعمل في جمعية خيرية باستخدامها؟ وما هي الأمور المسموح للعامل بأجر باستخدامها في جمعية خيرية من قبيل الهاتف وكهرباء وأوراق طباعة والكمبيوتر وغيرها؟**

الجواب: إذا تمّ تحصيل الوسائل المذكورة من التبرعات العامة أو الخاصة بهذا الشأن فلا مانع من استخدامها بحسب ما تدعو إليه الحاجة من دون فرق بين المتطوع بعمله والأجير.

**السؤال: هل يجوز تأجير مبنى المأتم لحفلات الأعراس؟ وعلى فرض عدم جواز ذلك فهل يمكن لمستخدم مبنى المأتم للموضوع نفسه (من دون نية الإيجار) دفع مبلغ ما**





## خدمات استثنائية

من علامات المؤمن زيارة الأربعين هذه الزيارة العظيمة التي يأتي الناس لأدائها من كل صوب وجانب، سيراً على الاقدام يقطعون مئات الكيلومترات حتى يصلوا إلى مرادهم كربلاء، هذه الأعداد المليونية تحتاج إلى خدمات بكل أنواعها حتى تتحقق راحة الزائر وما دام في أرض العراق بلاد الكرم والجود فهو يجد خدمة استثنائية فوق احتياجاته.

لأكثر من خمسة عشر عاماً وأنا أسير في الطريق الاعجازي وأرى عجائب هذه الخدمة وإصرار الجميع على تقديم أفضل ما لديه في كل سنة تزداد وتنوع الخدمات لا زلت أذكر في بدايات المسير كان الطريق تملؤه الخيم وبعض الأطعمة البسيطة التي يقدمها أبناء المحافظات أو من يكون المسير قريب من منازلهم.

أما في السنوات الأخيرة هناك مواكب من جميع الدول على طول الطريق إضافة إلى مواكب المحافظات وتنوعت الخدمة أكثر فلم نجد نرى خيما بل الطرق تملؤها الحسينيات ببنائات كبيرة وجميلة ومجهزة بكل ما يحتاجه الزائر، من طعام وشراب ومبيت، فضلا عن ذلك لم تعد الخدمات تقتصر على الاطعام والمسكن بل هناك خدمات ثقافية تُقدم على طول الطريق الفقهية منها وأخرى قرآنية وبعضها معلومات عن الإمام الحسين (عليه السلام) وأهداف ثورته، وأخرى عن بناء الإنسان ورسالته في هذه الدنيا وأن يكون له معنى، وكثيراً من المسابقات على الطرقات وبرامج الأطفال.

لذلك هذا المسير أصبح ميدان للعلم والمعرفة والدمعة والبناء الروحي والمادي، فترى كبار السن والصغار يتهافون لتقديم ما يستطيعون فهذا يجلس في الطريق يضع مائدة على رأسه وآخر يتكفل بغسل أقدام الزائرين، وتلك افترشت الأرض تضع مكينة خياطتها لتقدم خدماتها بطريقتها، وعجوز هنا يجلس يضع قربة من الماء يسقي الزائرين وينعى الحسين راجياً بأن يُقبل منه.

ضمياء العوادري

في السنوات  
الأخيرة هناك  
مواكب من جميع  
الدول على طول  
الطريق إضافة  
إلى مواكب  
المحافظات  
وتنوعت الخدمة  
أكثر فلم نجد نرى  
خيما بل الطرق  
تملؤها  
الحسينيات ببنائات  
كبيرة وجميلة  
ومجهزة بكل ما  
يحتاجه الزائر،  
من طعام  
وشراب ومبيت

# لماذا يقصد العراقيون وسائل التواصل الاجتماعي للمطالبة باحتياجاتهم؟

د. صفد الشمري

مع كل يوم هناك قصة أو كثر، تشغل اهتمامات جمهور وسائل التواصل الاجتماعي، تقابل بالتعاطف أو الاستهجان أو الرغبة بالتبني أو الحل أو المشاركة، حتى صارت الفضاءات الرقمية منبراً بديلاً عن مكاتب شؤون المواطنين يعج بالمطالب: فلماذا ينصرف العراقيون إلى تلك «الفضاءات الافتراضية» في مسعى إيصال رسائلهم بقضايا احتياجاتهم إلى المعنيين بتليبيتها؟



## بين الحاكم والمحكوم

إذا كانت النظرة التقليدية للوسائل الاتصالية قد نُوّهت بتوظيف النظم الحاكمة والأحزاب والتيارات السياسية للإعلام من أجل تحقيق عدد من الأهداف، فإن جملة المتغيرات التقنية والإعلامية الدولية، التي امتاز بها المجال الجديد للإعلام، تضعنا أمام ضرورة الإعلان عن وظائف ديمقراطية لهذا المجال، فمتلما مارست وسائل الاتصال وظائفها في مسرحة الحياة السياسية والتعبئة وتزييف الوعي السياسي، صارت الأوعية الرقمية منابر الناس لتداول الرأي فيها والمطالبة بالحقوق والكشف عن الانتهاكات التي تحصل في مجتمعاتهم.

هذا كله سمح بتشبيك الوسائل التقليدية التي كانت تعمل بشكل منفصل، فمن الناحية التقنية أتاحت عملية «التشبيك» بين الإعلام وبين الأوعية الرقمية إمكانية ربط أجهزة ووسائل إعلامية كانت تاريخياً لها قوتها في التأثير، فإذا كان التلفزيون على سبيل المثال وسيلة اشغلت على وفق مبدأ الاتصال الجماهيري بالبحث من نقطة نحو الجمهور، فإن الإدماج أعاد تشكيل طبيعة التلفزيون بالكامل..!

## الديمقراطية الرقمية!

زادت من أهمية النشر الإلكتروني في المجال الديمقراطي من قبل الناس، استعانت كبريات الصحف والقنوات التلفزيونية الإخبارية بتلك الفضاءات الرقمية واستقطبت صنّاع محتوياتها البارزين، وكان من نتائج ذلك تعزيز وظائف الإعلام الديمقراطية في المجتمعات، وهو ما ساعد في توسيع دائرة مسؤولية الفرد في صناعة القرارات المصرية وإدارة شؤون البلاد، كما إن نشر المعلومات وتبادل الأفكار والحوار حول القضايا المهمة من شأنه أن يثير حماس الناس للمشاركة في الحياة العامة، وأن يدفعهم للتفكير في الحلول السليمة لمشاكلهم العامة.

وتشير الدراسات الحديثة إلى أن استخدامات الأوعية الرقمية في الدول التي تصنّف بأنها غير ديمقراطية ساعدت في كسر الطوق على بعض الجماعات السياسية، مما دفع البعض إلى الاعتقاد بان التكنولوجيا الحديثة لوسائل الاتصال، أمست عدو النظم السياسية التي تنتهك حقوق الأفراد، لأن وسائل الإعلام التقليدية كانت تدعمهم، فصار المجال الافتراضي الرقمي يعطي القوة للأفراد والجماعات التي هيأت مساحات التواصل الاجتماعي لامتلاكهم القدرة في نشر أي تفسير سياسي، من دون الاضطرار للتعامل مع «حراس البوابة» التقليديين، مما جعل النشر في الشأن السياسي يؤثر على الحياة العامة في المجتمعات!

وقد أكدنا في كتابنا «الإعلام والتحوّلات العربية» الصادر عن شبكة الإعلام العراقي على ان الوظائف التي يمكن أن يؤديها الإعلام الجديد، والاستخدامات الإعلامية للأوعية الرقمية، تغيرت بشكل كبير حين أخذت تمارس ادواراً غير تلك التي كانت تؤديها في السابق بالتعبئة الحكومية والتسويق للنظرة الحكومية غير

القابلة للنقاش في ادارة شؤون الدولة، وهو ما عاد بأثره في تقويض صلاحيات تلك النظم على أرض الواقع، وسببت لها حرجاً محلياً ودولياً في الكثير من الحالات وقد دفعتهما للتراجع مرات عدة عن قرارات واجراءات قوبلت برفض جماهيري حشّدت له وسائل التواصل الاجتماعي، وعاقبت العديد من كبار مسؤوليها ممن تسببوا بإيذاء لفئات محلية عقب نشر قصصهم عبر الأوعية الرقمية.

## الاتصال بالسلطة!

حتى وقتنا هذا، يصنّف العديد من خبراء الاتصال السياسي قنوات وصول مطالب الأفراد العاديين إلى السلطات الحاكمة، باختلاف النظم السياسية باعتماد تصنيف (جابريل إية أأموند)، إلى حزمتين رئيسيتين، تتمثل الأولى بما يطلقون عليه «قنوات الدخول السياسي» ومنها وسائل الاتصال الجماهيري والأحزاب والهيئات التشريعية والقضائية والدوائر الحكومية، فضلاً عن تظاهرات الاعتراض والإضرابات السلمية، وغيرها من المظاهر العلنية، التي لا تحمل مضامين عنف، فيما عرفوا الحزمة الأخرى



### المطالب الرقمية!

أخذت سبل الإفصاح عن مطالب عامة الناس بالحقوق والاحتياجات مساراً مختلفاً عن أية مرحلة سبقت تحت ضغط محتويات وسائط التواصل الاجتماعي وبقية الأوعية الرقمية في العراق والعالم، حين حطمت احتكاراً طويل المدى مارسته النظم على الإعلام بشكل تقليدي، الذي كان أداة ضاربة لها، حتى أتت التقنية الرقمية بخارطة طريق للوصول بالمطالب إلى الجهات المعنية بها، بعد أن تثيرها قضية رأي عام!..

ومع تحقق بعض المطالب التي أثرت قضاياها وموضوعاتها عبر تلك الوسائط، بدأت فئات مجتمعية متعددة تكون أكثر جرأة في الكشف عن مطالبها وبالطرائق ذاتها حين تكون قصصهم مثار اهتمام وتداول الجميع، وهو ما أحدث أثره في اعتماد الجمهور الوسائط الرقمية آلية يجدها أكثر فاعلية وتأثيراً للمطالبة بالحقوق والوصول بها إلى الجهات المختصة، الأمر الذي يستوجب العناية الحكومية بمحتويات تلك الوسائط، وتنظيم استخداماتها بالمجمل بتسويق الوعي وتنمية المهارات.

رئيس مجلس المسار الرقمي العراقي

بما أسموه «قنوات الدخول القسري» التي من بينها إضرابات المجموعات الساخطة التي تلجأ إلى العنف.

ومن وجهة النظر تلك، فإن وسائل الإعلام تشكل قناة مهمة للاتصال بالسلطة من جانبيين، فضلاً عن إمكانية بيان وجهات نظر ومطالب الجماهير إلى السلطة، فإن هذه الوسائل تكسب الرسائل التي تنقلها وزناً إضافياً، كما إنها يمكن أن تحشد التأييد العاطفي والشعبي والمالي للمطالب الإنسانية.

**تشير الدراسات الحديثة إلى أن استخدامات الأوعية الرقمية في الدول التي تصنف بأنها غير ديمقراطية ساعدت في كسر الطوق على بعض الجماعات السياسية، مما دفع البعض إلى الاعتقاد بأن التكنولوجيا الحديثة لوسائل الاتصال، أمست عدو النظم السياسية التي تنتهك حقوق الأفراد**

## لوزة.. رسالة نجاح لكل من ينتظر العمل على طبق من ذهب

للقوارير

ينتظر الشباب التعيين الحكومي بعد الجامعة مباشرة ويتخبط الكثير منهم بتذمر عن المشاكل والعقبات ويضع الوضع السياسي والاقتصادي للبلاد شماعة لاخفاقه وكسله، لكن زهاء حيدر رزاق كانت نموذجاً للشابة والأم والخريجة الذكية التي استثمرت تخصصها الدراسي وشغفها في صناعة مشروعها الخاص بالمنتجات الطبيعية للبشرة والشعر بعد جهد طويل من الدراسة والبحث والتجربة استطاعت افتتاحه بمجموعة مميزة من المنتجات الطبيعية الخاصة بالبشرة والشعر وفي هذا السياق كان لمجلة للقوارير حوارٌ معها:

## اسمكم الثلاثي وتخصصكم الدراسي؟ وما هو مشروعكم وكيف بدأت به؟

أنا زهراء حيدر رزاق صاحبة مشروع منتجات لوزة او LOZA.SKIN..مشروعي هو صناعة منتجات طبيعية للعناية بالبشرة والشعر، إن دراستي في كلية العلوم فتحت لي باب الفضول للتعرف على فوائد النباتات الطبيعية وبحثت عن كيفية الاستفادة منها وتسخيرها في منتجات يمكن الاستفادة منها لكن لم أكن أعرف كيف أبدأ بدراسة وعمل هذا الشيء وبعد بحث دام أسابيع طويلة وجدت عدة دورات معتمدة من عدة دول.

## وكيف استثمرت تخصصك الدراسي في تكوين هذا المشروع وما هي الكورسات التي

### تمت دراستها للحصول على الخبرة الدقيقة للدخول في هذا المجال؟

درست عدة دورات لأتمكن من صناعة منتجات مناسبة للمعايير فأخذت دورة تعلم صناعة وصياغة المنتجات الطبيعية من المعهد الامريكي وحصلت على شهادة البورد الاوربي بصناعة المستحضرات الطبية الطبيعية وايضاً درست وحصلت على عدة شهادات في صناعة الصابون الطبيعي المدعوم بفوائد الزيوت بالطريقة الباردة وشهادات أخرى على أيادي أكثر الاساتذة إبداعاً في صناعة المنتجات الطبيعية من داخل العراق.

## ما هي مميزات منتجاتك؟

تتميز منتجاتي منتجات LOZA.SKIN أن كل منتج يصنع حسب حاجة البشرة أو الشعر وحسب المشاكل التي يعاني منها وكل المنتجات ذات كفاءة عالية تضاهي ما هو مستورد وأفضل منه لان نسبة المواد الفعالة الخام تكون موجودة بأجود صورها كوني اعتمد على المواد الطبيعية ومن أفضل المناشئ..لاني استوردها بشكل خاص من مصادرها في أوروبا وبعض الدول العربية للتأكد من جودة المنتجات وعدم الوقوع في خطأ الغش الذي مع الأسف ينتشر بكثرة في بعض أسواق المكونات الخام للمنتجات الطبيعية.

## هل يتطلب إقامة مشروع كهذا الى مختبر ورأس مال كبير؟

في الحقيقة بداية مشروع مثل مشروع المنتجات الطبيعية يتطلب جهد ووقت ومكان خاص معزول معقم خاص بالعمل على اسس وضوابط معينة واجراءات سلامة ضرورية وهذا مكلف لكن الحمد لله استطعت تخطي هذه العقبة، كما إن تكلفة المشروع تعتبر عالية نوعاً ما نظراً لتكلفة المواد الأولية.

## ما هو طموحك بعد هذا المشروع او ما هي الخطوة القادمة؟

طموحي هو السعي في توسعة المجال العملي وان يكون لدي مكان أكبر للعمل وايضاً مكان تجاري لعرض منتجاتي ليعطي الفرصة للزبائن تجربة المنتجات وان شاء الله يكون لي نصيب في ذلك.

## كيف توفيقين بين العمل على مشروعك ومسؤوليات الأمومة الصعبة؟

بصراحه كامرأة عاملة بمشروع خاص وزوجة وأم هذا الشيء صعب جداً لكن ليس مستحيل..أنا أقوم بتقسيم أيام الاسبوع وفق تخطيط مسبق للعمل ولممارسة حياتي الطبيعية وتأدية واجباتي كزوجة وأم وحتماً وقت العمل يكون أقل بحكم ضيق الوقت فيكون تقريباً يومين أو ثلاثة بالاسبوع للعمل لعدة ساعات وبقيّة الايام مجرد نشر المحتوى الخاص بالعمل والتسويق له.

## كشخصية ناجحة ما هي رسالتك للشابة العراقية؟

نصيحتي لأي بنت تحت أي ظروف كانت حتى لو لم تكن محتاجة للمال أو موظفة يجب أن تحاول إيجاد عمل خاص بها كهواية تعمل بها وتطورها وتستطيع أن تفيد الاخرين وتحقق لنفسها شيئاً فمن مميزات العمل الحر هو أن يتيح للشخص عمل ما يحب وقت ما يريد ذلك بالتالي يعزز من ثقة الشخص بنفسه ويوسع آفاقه، أنصح كل بنت بأن تصنع فرصتها بالعمل ولا تنتظرها على طبق من ذهب.



تصوير : حيدر الحيدري

# أول امرأة تدير مشتلًا زراعيًا في بابل.. واحة أم حسين الخضراء تجذب النساء

للقوارير

قرب ضفاف شط الحلة الرائع تدير أم حسين بكل جدارة مشروعها الخاص الذي يتضمن بيع النباتات الظلية وملحقاتها لتكون أول امرأة تدير مشتلًا زراعيًا في محافظة بابل تعيل من خلاله عائلتها الصغيرة وواحة غناء للمرأة التي تهوى الزراعة.

لاختيار هذا المشروع قائلة: إن النبات لا يعيش إلا عند الإنسان الذي يحبه وأشعر أن نباتاتي هي مثل أولادي حيث اتفقدتها صباح كل يوم خشية أن تكون احداهن عطشى وهذه النباتات هي ملجأى ومتنفسى الوحيد وتعرفت من خلالها على عوائل كثيرة شجعتني كثيرا ودعمتني معنويا.

وتوضح أم حسين إن أكثر زبائن مشتلها حاليا هم من العوائل وإن حصل وإن دخل رجل ليشترى النباتات ووجد أن صاحبة المشتل هي امرأة يعود ويحضر عائلته فتفرح النساء عندما تعرف أنها ستتعامل مع امرأة لديها نفس الاهتمامات.

لمساتها الأنثوية ميزت واحتها الخضراء عن غيرها من المشاتل فأصبحت تجذب النساء بما يعجب النساء من اكسسوارات النباتات ودوارق زجاجية وأسمك الزينة وغيرها مشيرة الى أن المرأة تعرف ما تريد المرأة واصبحت تسدي لهن النصح والارشاد حول طرق العناية بالمرزوعات وتتواصل معهن من خلال صفحتها على الفيس بوك التي تحمل اسم مشتل حواء.

أما أكثر انواع النباتات الظلية المرغوبة حسب خبرتها في هذا المجال فهي اللبلاب وجلد النمر ونبات الزاميا حيث لا يوجد منزل في العراق لا توجد فيه هذه الأنواع كونها لا تحتاج الى الكثير من العناية.

وهي تقول أنها لا تواجه صعوبة في إدارة شؤون المشتل وهي تقوم بكل ما يعمله الرجل صاحب المشتل بما فيها تحويل النباتات وزراعتها فيما يساندها في عملها أولاد أختها الأيتام حيث تعلمت أبنة أختها الطالبة في الصف السادس الإعدادي أسرار هذه المهنة من خالتها لكي تتمكن الأخيرة من التفرغ عدة ساعات لأمر منزلها وعائلتها.

وللتخلص من مشكلة النقل من وإلى المشتل وأجورها الباهظة التي أثقلت كاهلها استطاعت هذه السيدة التي يطلق عليها المقربون منها اسم (السباعية) من شراء (ستوتة) لابن أختها الصغير لتتمكن أيضا من إيصال المرزوعات إلى الزبائن وليس هذا فحسب بل استطاعت في غضون أشهر قليلة تجهيز الدوائر الحكومية والمراكز الصحية والتجارية الحديثة بالنباتات كما يطلب منها الإشراف عليها كل شهر تقريبا.

مشتل حواء الذي تديره عذراء عباس علي حديث العهد فلم يمش على افتتاحه سوى عدة اشهر ومع ذلك اكتسب شهرة واسعة في المحافظة، أما لماذا اختارت أم حسين هذا المشروع بالذات فقالت موضحة: «اختياري لهذا العمل لم يكن من قبيل الصدفة فقد سبق أن عملت في مركز تجاري معروف لمدة أربع سنوات وكان من ضمن أقسامه الجميلة قسم لبيع النباتات فاكتسبت الخبرة اللازمة وحفظت أسماء النباتات رغم صعوبتها وطرق العناية بها وتفصيل احتياجاتها من الماء والضوء والسماذ.

وعرفت من السيدة أم حسين أيضا أنها المعيل الوحيد لعائلتها ولديها ولد مريض وتسكن في بيت ايجار والراتب الذي كانت تتقاضاه من المركز التجاري لا يسد احتياجات عائلتها لذا اقترح عليها رب العمل أن تدير بنفسها مشتلًا خاصا بها فطرح الفكرة على والدها وتمكنت من خلال راتبه التقاعدي أن تحصل على قرض وتبني هيكل المشتل فقط وعندما لم يبق لديها المال اللازم لتجهيز المكان بالنباتات، تمكنت من اقتناع محال الجملة تجهيزها بالنباتات على أن تسدد لهم بعد البيع، وبالإصرار والطموح والثقة بالنفس وبتشجيع ودعم من الأهل تمكنت من إدارة من المشروع بنجاح واثبتت أم حسين إن المرأة تستطيع الدخول إلى سوق العمل بكل شرف ومصداقية وحب مهما كان نوع العمل.

وليس هذا فحسب بل أن حبها للنباتات كان دافعا اضافيا

**ورق**  
لمساتها الأنثوية ميزت واحتها الخضراء عن غيرها من المشاتل فأصبحت تجذب النساء بما يعجب النساء من اكسسوارات النباتات ودوارق زجاجية وأسمك الزينة وغيرها مشيرة الى أن المرأة تعرف ما تريد المرأة واصبحت تسدي لهن النصح والارشاد حول طرق العناية بالمرزوعات وتتواصل معهن من خلال صفحتها على الفيس بوك التي تحمل اسم مشتل حواء

# تعدد المهام أمراً طبيعياً للأمهات.. لكنه أصبح بمثابة القاتل الصامت

ترجمة / ساجدة ناهي

هذه الحالة من الإرهاق العقلي والتي تسميها (وضع الطاقة المنخفضة) لأنها تشبه الحالة التي تدخل فيها أجهزتنا للحفاظ على الطاقة وتؤدي إلى انخفاض التركيز وزيادة المماطلة وزيادة احتمال الوقوع في العادات السيئة كما أنه يضعف تنظيم العواطف مما يجعل الآباء في وضع الطاقة المنخفضة أكثر عصبية وبحلول نهاية اليوم قد لا يكون لدى الوالد المنهك سوى الطاقة للتمرير عبر هاتفه أو مشاهدة التلفزيون بنهم.

وتضيف بيجيتي: في حين أن تعدد المهام يصبح ضرورياً للآباء لأن أدمغتهم يجب أن تحول الانتباه باستمرار لمراقبة أطفالهم وحمايتهم فإن أفضل طريقة لتجديد طاقتنا العقلية وتجنب (وضع الطاقة المنخفضة) هي أخذ الكثير من فترات الراحة الذهنية وفترات الراحة بما يتجاوز مجرد النوم وتضيف: لكن ليس لدى جميع الآباء يتوفر الوقت أو الموارد للقيام بذلك وفي محاولة للحصول على (بعض الوقت الخاص بي) قد يسهر الناس لوقت متأخر مما يقطع نومهم في ظاهرة تعرف باسم (تأجيل النوم) كما توضح أن النوم الجيد هو حجر الزاوية لصحة الدماغ الجيدة.

الدكتورة ليبي ويفر عالمة الكيمياء الحيوية الغذائية ومؤلفة كتاب Rushing Woman's Syndrome إن النساء ما زلن يتعرضن لصفقة صعبة حيث تظهر الأبحاث أنه إذا كان كل من المرأة والرجل يعملان بدوام كامل ولديهما طفل واحد فإنها تقوم بضعف كمية الأعمال المنزلية وثلاثة أضعاف كمية رعاية الأطفال التي يقوم بها.

وهذا له تكلفة كبيرة على صحة المرأة وتقول: إن الحاجة الملحومة للاندفاع سواء أظهرتها المرأة من الخارج أو أبقته تحت الأغشية تغير وجه صحة المرأة كما نعرفها بطريقة ضارة حيث إن المشاكل الصحية المرتبطة بالهورمونات الجنسية مثل الدورة الشهرية الشديدة والمؤلمة والعقم (غير المبرر) والتحويلات المنهكة في سن اليأس ناهيك عن الإرهاق العام لم تكن أكبر من أي وقت مضى ولا يمكن إنكار دور التوتر في هذا عندما تنظر إلى كيمياء الجسم والبحث العلمي.

وتقول إن الوعي هو الخطوة الأولى للتعافي وإن التقاعد من الاندفاع لا يعني بالضرورة بذل جهد أقل إلا أنه يتعلق بالوصول إلى جوهر ما يدفعك إلى الشعور بأن كل شيء يجب القيام به بضغط هائل وإلحاح.

عن صحيفة الغارديان

تعتقد شارلوت كريس أنها تقوم بمهام متعددة بشكل ممتاز حيث ترعى طفلين طوال حياتها أثناء العمل لكنها تشعر بالقلق من أن ذلك يسبب ضبابية في دماغها وقد يؤدي إلى مشاكل صحية في المستقبل.

وتقول: لقد فكرت دائماً في نفسي كبطل متعدد المهام وأنا بالتأكيد في أعلى مستوى من التميز في ذلك فقد وجدت إحدى الدراسات أن 2.5% فقط من الأشخاص يمكنهم القيام بذلك بفعالية لكني اكتفيت منه أيضاً، إنه القاتل الصامت، عندما تضع زي السباحة الخاص بطفلك في الفرن وقت الإفطار، فأنت تعلم أن هناك شيئاً ما خاطئاً بشكل خطير.

ووفقاً للأبحاث فإن تعدد المهام أمر سيء لصحتنا فهو يسبب التوتر ويمكن أن يعيد توصيل الدماغ بشكل سلبي كما يمكن أن يجعلنا أقل ذكاء، إذ وجدت دراسة أجرتها جامعة لندن أن النساء يعانين من انخفاض بنسبة 5% في معدل الذكاء عند القيام بمهام متعددة مقارنة بانخفاض بنسبة 15% لدى الرجال وبينما نعتقد أن تعدد المهام يجعلنا أكثر كفاءة إلا أنه ليس كذلك وقد وجدت الأبحاث التي أجرتها الجمعية الأمريكية لعلم النفس أن هذه العادة يمكن أن تقلل الإنتاجية بنسبة مذهلة تصل إلى 40 في المائة. ويرتبط الأكل الطائش أيضاً بتعدد المهام عبر الوسائط حيث يبتلع الأشخاص الهواء أثناء مضغ الطعام مما يؤدي إلى زيادة أعراض متلازمة القولون العصبي ويمكن أن يؤدي إلى الإفراط في تناول الطعام أيضاً حيث وجدت دراسة نشرت في مجلة تصوير الدماغ والسلوك أن الأشخاص الذين يقومون بمهام متعددة في وسائل الاعلام هم أكثر عرضة لتناول الأطعمة ذات السعرات الحرارية العالية وهذا يقلل من ضبط النفس.

الدكتورة فاي بيجيتي المعروفة أيضاً باسم The Brain Doctor على Instagram ومؤلفة كتاب The Phone Fix لعام 2024 وهي عالمة أعصاب وطبيبة أعصاب تقول: عند محاولة القيام بمهمتين معقدتين في وقت واحد ينخرط الدماغ في عملية تسمى (تبديل الانتباه) وهو تحويل التركيز بسرعة من مهمة إلى أخرى وهذا ليس شيئاً بطبيعته لصحتنا لكنه يمكن أن يكون مرهقاً معرفياً وهو ما يفسر سبب شعور الآباء في كثير من الأحيان بالاستنزاف العقلي.

# Multitasking is the norm for mums – but it's become a Silent Killer

Charlotte Cripps believes she's an excellent multitasker, shepherding two children through life while working. But she's worried that it's giving her brain fog and may lead to health problems down the line.?

I've always thought of myself as a champion multitasker. I'm definitely in the top tier of being excellent at it – one study has found just 2.5 per cent of people can do it effectively. But I've also had enough of it. It's a silent killer. When you put your child's swimming costume into the oven at breakfast time, you know something has seriously gone amiss.

According to research, multitasking is bad for our health – it causes stress and can rewire the brain negatively. It can also make us less intelligent – a study from the University of London found that women experienced a 5 per cent dip in IQ when multitasking, compared to a 15 per cent drop in men. And while we think multitasking is making us more efficient, it isn't. Research by the American Psychological Association found that the habit can decrease productivity by a staggering 40 per cent.

Mindless eating is also linked to media multitasking: people swallow air while munching food, leading to an increase in symptoms of irritable bowel syndrome. It can lead to overeating, too. A study, published in the journal *Brain Imaging and Behaviour*, found that people who media-multitask are more likely to eat high-calorie foods – and it lowers self-control.

Dr Faye Begeti, aka The Brain Doctor on Instagram and author of 2024's *The Phone Fix*: is a neuroscientist and neurology doctor. She says that when trying to do two complex tasks simultaneously, the brain engages in a process called "attention-switching" – rapidly shifting focus from one task to another. "This isn't inherently bad for our health," she tells me, "but it can be cognitively exhausting, which explains why parents often feel mentally drained."

This state of mental exhaustion, which she calls "low power mode" – as it is similar to the state our devices enter to conserve power – leads to decreased focus, increased procrastination, and a higher likelihood of falling into bad habits. "It also impairs emotion regulation, making parents in 'low power mode' more irritable. By the end of the day, an exhausted parent may only have the energy to scroll through their phone or binge-watch TV."

Dr Begeti adds that while multitasking becomes essential for parents because their brains must constantly shift attention to monitor and protect their children, the best way to replenish our mental energy and avoid "low power mode" is taking plenty of mental breaks and rest periods – beyond just sleep. "However," she adds, "not all parents have the luxury of time or resources to do so." In

an attempt to have some "me time", people may stay up late, cutting into their sleep – in a phenomenon known as "sleep procrastination" – she explains. "Good sleep is a cornerstone of good brain health."

Dr Libby Weaver, a nutritional biochemist and author of *Rushing Woman's Syndrome*, says women still get a rough deal. Research shows that if a woman and man both work full-time and have one child, she does twice the amount of housework and three times the amount of childcare he does.

This is at a great cost to women's health. "The perceived need to rush, whether a woman displays it on the outside or keeps it under wraps, is changing the face of women's health as we know it in such a detrimental way," she says. "Sex hormone-based health problems such as very heavy and painful periods, 'unexplained' infertility and debilitating menopause transitions, not to mention general exhaustion, have never been greater. The role of stress in this is undeniable when you look at both the body's chemistry and the scientific research."

Awareness, she says, is the first step to recovery. "Retiring the rush doesn't even have to mean doing less, either. "It's more about getting to the heart of what is driving you to feel like everything needs to be done with immense pressure and urgency."



## يطلق مهرجاناً للأيتام ناشط عراقي يفوز بجائزة الحلم الذهبي

سرور العلي

حيدر عبد الجبار، ناشط إنساني من البصرة، يتمتع بسجل حافل من المبادرات التطوعية الرائدة المؤثرة، ومدير «مؤسسة غيث الإحسان الإنسانية»، لديه خبرة واسعة بجمع التبرعات وإدارة المشاريع، وملتزم بتحسين حياة المجتمعات المحرومة عن طريق الجهود الإنسانية المستهدفة، وقاد تطوير وتنفيذ حملات جمع التبرعات المجتمعية، من خلال منصات ووسائل التواصل الاجتماعي، وعمل على الاحتفاظ بالمترعين باعتماد استراتيجية اتصال داخلية جديدة، وإعادة هيكلة برامج دعم المتطوعين.

أجرت «للقوارير»، معه هذا الحوار الممتع، للتحدث عن أهم نشاطاته التطوعية، ومنها مهرجان (فرحة يتيم)، وفوزه بجائزة الحلم الذهبي.

**- تحدث عن بداياتك بممارسة النشاط التطوعي والخيري؟**

أنشأت مؤسسة غيث الإحسان الإنسانية، وعملت على تنميتها لتشمل أكثر من (100) متطوع ميداني نشط، والعديد من الداعمين عبر الإنترنت، ومن ثم العمل والإشراف على بناء وتجديد (107) منزل للعائلات الفقيرة، بما في ذلك تأثيثها بالكامل (ثلاجات، أجهزة تبريد، وغيرها)

**- إلى ماذا تهدف من تلك النشاطات؟**

تحسين حياة المجتمعات التي تعاني من الفقر والبطالة، عن طريق إطلاق المبادرات الإنسانية، وتوفير المساعدات الخيرية لهم.

**- ما التحديات التي واجهتك وكيف تغلبت عليها؟**

غياب الدعم من الجهات المختصة، وضعف التمويل، وارتفاع



فزت بالمركز الأول من بين أكثر من  
(9000) مشارك، بالموسم الثالث 2023  
بمسابقة الحلم الذهبي، وتم اختياري ضمن أفضل  
(10) مهندسين مؤثرين في العراق، من قبل  
نقابة المهندسين العراقية عام 2023، وحصلت  
على جائزة السلام العالمية من مؤسسة فرحة  
يتيم العالمية 2024، وتم اختياري ضمن صناع  
الأمل العراقيين

### تضمن وأين أقيم؟

أقيم المهرجان في شهر رمضان المبارك، في حدائق البصرة  
العائلية، ووفرننا ألف وجبة افطار لألف يتيم، بالإضافة إلى  
القيام بالمسابقات والفعاليات الاجتماعية والثقافية، وتوزيع  
هدايا وجوائز للأيتام.

### - هل هناك جهات معينة قدمت لك الدعم ومن هي؟

لا يوجد أي دعم مقدم من أي جهة، فجميع الفعاليات تتم من  
خلال التبرعات التي يقدمها أهل الخير والاحسان.

### - ما التكريمات والشهادات التي نلتها؟

فزت بالمركز الأول من بين أكثر من (9000) مشارك،  
بالموسم الثالث 2023 بمسابقة الحلم الذهبي، وتم  
اختياري ضمن أفضل (10) مهندسين مؤثرين في العراق،  
من قبل نقابة المهندسين العراقية عام 2023، وحصلت  
على جائزة السلام العالمية من مؤسسة فرحة يتيم العالمية  
2024، وتم اختياري ضمن صناع الأمل العراقيين،  
من قبل مؤسسة البيت العراقي للإبداع. للأستاذ هشام  
الذهبي عام 2024، وحصلت على شهادة تقدير وتكريم  
من شركة ربحانة للتدريب وبرنامج المشاريع المسجلة  
أصلاً في وزارة الاقتصاد اللبنانية، تقديراً لجهودي  
في مجال العمل الإنساني، ونلت شهادة براءة اختراع  
لدمج التكنولوجيا مع العمل الفني من وزارة الكهرباء،  
لفحص الشبكة الكهربائية وأعطالها، عبر طائرات  
بدون طيار معدلة خصيصاً لهذا الغرض في العام  
2023.

نأمل أن يستمر تسليط الضوء على جميع الفئات من أصحاب  
الإنجازات والمواهب المؤثرة في المجتمع، لا سيما الفئات  
الشبابية، كونها بحاجة للرعاية والدعم، لمواصلة الإبداع  
والتميز.

معدلات الفقر والفاقة، والذي انعكس على زيادة حجم  
النفقات على الخدمات المقدمة للعوائل المتعففة،  
مقارنة بما يتم استحصله من قبل الخيرين، وضعف  
الدعم الإعلامي، الذي من شأنه زيادة عدد المساهمين  
والمتبرعين، ووجود الدخلاء على المجال الإنساني  
والإغاثي.

### - ما هي النشاطات والحملات الإنسانية التي قمت بها؟

بالإضافة إلى ما ذكر سابقاً، فقد نجحنا بإجراء (525)  
عملية جراحية كبرى، وحرجة للمرضى داخل العراق  
وخارجه، وتوفير الدعم المالي لأكثر من (2700) استشارة  
طبية ووصفة طبية، وتقديم المساعدة في الإعداد لزوج  
(195) من الشباب، بما في ذلك تأثيث غرف الزفاف،  
وإطلاق (115) مشروعاً صغيراً، لدعم الأسر التي تواجه  
تحديات مالية، وتنظيم مهرجانات الدعم المعنوي  
والمادي لأصحاب الهمم وذوي الاحتياجات الخاصة،  
وأطفال السرطان لأكثر من (700) طفل، وتوفير الطعام  
والشراب والعلاج، والسكن لأكثر من (400) أسرة من  
الأيتام والمحتاجين، كما نجحنا بتنظيم العديد من  
الزيارات الرسمية لتقديم الدعم المالي، لاحتياجات دور  
رعاية المسنين ودور الأيتام في محافظة البصرة، وتم التواصل  
مع الجهات المعنية، لفتح مراكز علاج المدمنين والمتخلفين  
عقلياً والمشردين.

### - من الذي يشجعك ومنحك الدعم للاستمرار؟

قبل كل شيء فالتوفيق من الله ودعاء الوالدين، والرغبة  
بمساعدة الآخرين، والشغف في تقديم العون للمحتاجين  
من أجل عيش حياتهم بصورة أفضل، بالإضافة لوجود  
أخوة أعزاء داخل المؤسسة، كل منهم يمثل عمود أساسي  
من أعمدتها، هدفهم إنساني وخيري، وكل ذلك يعطينا  
الدافع للاستمرار من أجل تقديم المزيد من العطاء  
والتفاني.

### - ما هو طموحك أو إلى ماذا تسعى؟

المساهمة بجعل هذا العالم أقل بؤساً للمحتاجين والمتعفين،  
والمساعدة بنقلهم من حالة العوز إلى الاكتفاء الذاتي، وتوفير  
حياة كريمة يستحقها الجميع.

### - تحدث عن قيامك بإطلاق مهرجان «فرحة يتيم» وماذا

# المرض.. تجربة إيجابية تحتاج لاستعداد دائم

مريم حسين العبودي

يجعلنا المرض في مواجهة مع الذات، الانفراد بالأنا، الاستماع إليها وإسماعها ما لم تكن تسمعه في خضم ضجيج الحياة الصحية الواعية والأمنة، أما الآن وفي خضم نوبة المرض هنالك مساحات صمت شاسعة، مساحات نوم وخلوات عديدة، هنا حيث الوقت الأنسب لإعادة التفكير بكل شيء، هل كان من الصواب إتلاف هذا الجسد بأكوام الأكل غير الصحي؟ هل كان فلان وفلانة يستحقان أن تحرق قلبك وروحك بسبب أفعالهم؟ هل استحق الأمر أن تجيب على ذلك الاتصال الذي قلب موازين أيامك وتفتح تلك المحادثة وتستغرق وقتاً لتبرير أو عتاب! هل كل من تسبب في سهرك وقلّة نومك في السابق، يشعر بما تشعر به الآن؟ بل هل جميعهم يركضون ليجلبوا لك الدواء والغذاء؟ ستجد الأجابة جميعها تصدح في عقلك بالنفى، لا، لا أحد، ولا شيء كان يستحق أن تهدر عافيتك وأيامك الهائلة بسببه بهذه الطريقة، الآن وأنت تصارع الحمى وتتقلب من الألم، لا شيء يبدو لك وكأنه (يستحق).

بسبب وعكة صحية ألمّت بي قبل أشهر واستمرت لأسبوعين بينما استمرت آثارها اللاحقة لشهرين على التوالي، ها أنا أدون عن أمر يستعيد منه الجميع ويرددون الأدعية تلو الأدعية لكيلا يقترب منهم هذا الوحش المخيف المسمى بالمرض، ولكن قليل من يعمل بشكل فعلي لاجتنابه، إن غرور استمرار السلامة رغم عدم توخي الحذر لا بد أن يوقع صاحبه يوماً ما، مثل من يتبجح ويفتخر إنه لم يرتدي حزام الأمان من قبل ولم يصبه شيء، يوماً ما حين يصيبه حادث سيتمنى لو إنه التزم به حقاً. ومثل من يدخل بشراهة ويقول صحتي أفضل منكم، سيقع ذات يوم ولن تعينه رئيته أو قلبه على أن يكمل كما في السابق، يشعر الناس في عصرنا اليوم الذي يزخر بالاستهلاك، بأمان زائف يسببه ما يسمى بسياسة القطيع أو سيكولوجيا الجماهير، إذ يقل شعور الندم ويتجمل الخطأ حين يفعله

اعتدنا ألم المرض، ذلك الزائر غير المرحب به، قرين المساءات الثقيلة والصباحات الموحشة، ذلك الضيف الشاحب الذي يأتي صفر اليدين ليأخذ منا كل ألواننا ويدسها في جيبه ولا يعيدها إلينا إلا بشق الأنفس، كمن يراجع مادة امتحان مصيري، يجعلنا المرض نراجع أنفسنا بينما نحن مستلقين في محطة التعب والوهن تلك، نعيد قلبنا أوراق الماضي والحاضر والآتي قليلاً لا يخلو من تشاؤم تارة، وتفؤل فقير تارة أخرى. غداً حين أشفى سأغير كذا، سأبدأ بكذا، وسلسلة طويلة من الوعود والمقاطعات كأنها كانت تنتظر سقوطاً مدوياً مثل هذا لتبصر النور.

**وراء**  
يشعر الناس في عصرنا اليوم الذي  
يزخر بالاستهلاك، بأمان زائف يسببه  
ما يسمى بسياسة القطيع او سيكولوجيا  
الجماهير، إذ يقل شعور الندم ويتجمل الخطأ  
حين يفعله الجميع، ففي مئة مطعم من  
حولك يستهلك فيها الناس الوجبات السريعة  
والمشروبات الغازية بشكل يومي، لن يبدو  
الأمر يستحق التردد في كونه صحياً أم لا!

خذلها متى سترد له الصاع صاعين وتخذله بدورها، لطالما في  
العمر بقية ولطالما أنت في عمر يسمح لك بالمشي والتنفس،  
فالخيارات كلها متاحة أمامك، والأمر كله بيدك، كلما كان  
بنيانك مرصوصاً ومدروساً كلما تمكنت من الاستناد عليه وانت  
مطمئن انه لن يتهالك ويخذلك، وكلما كبرنا أكثر علمنا أن صحة  
الإنسان بالفعل تاج لا يراه إلا من أنهكه المرض وتحسر على  
أيام صحته.

يقول بشار بن برد:

إني وإن كان جمع المال يعجبني  
فليس يعدل عندي صحة الجسد  
في المال زين وفي الأولاد مكرمة  
والسقم ينسيك ذكر المال والولد .

الجميع، ففي مئة مطعم من حولك يستهلك فيها الناس  
الوجبات السريعة والمشروبات الغازية بشكل يومي، لن يبدو  
الأمر يستحق التردد في كونه صحياً أم لا! إذ يستهلك الجميع  
كل أنواع الدهون والسكريات دون أن يتمرضوا! وهذا يجعل  
المرء أكثر وقاحة في أخذ الضمانات على نفسه بانه سيبقى  
في هذه المنطقة الآمنة.  
لا يمكن أن يأخذ الإنسان ضمانات على صحته، فلا يدري إن





# من مشاريع هندسة الطب الحيواني التطبيقات الطبية الحيوية

هاجر حسين الاسدي

يمكن تعريف المتراكبات النانوية البوليمرية على أنها عبارة عن مواد يضاف إليها جسيمات نانوية خلال تصنيع تلك المواد، ونتيجة لذلك فإن المادة النانوية تُبدي تحسناً كبيراً في خصائصها وتتوسع إمكانيات استخدامها في عدة مجالات طبية منها تصنيع صمامات القلب لأن مشاكل الصمامات القلبية تعد من أبرز أمراض القلب الطبية.

النانو، ولها خصائص ميكانيكية مُحسّنة وفعالية عالية مضادة للميكروبات وقد تم تحقيق الهدف البحثي 100 %.

## مشاكل وحلول

وقد تحدث مشرف البحث م.م حسين أمير الجواد «الفئة المستهدفة للمشروع هم المرضى الذين يحتاجون إلى استبدال صمامات القلب، وتم حل عدة مشاكل مثل تحسين متانة ومرونة المواد المتراكبة المُصنّعة، لقد أظهرت نتائج الخواص الميكانيكية تحسن كبير لمتانة ومطيلية المتراكبات مع ازدياد اضافة جسيمات الفضة النانوية، وأظهرت تراجع بسيط مع ازدياد النسبة المئوية للفضة من 2 % فما فوق كما أظهرت نتائج فحوصات التآكل الحيوي ان ازدياد تركيز جسيمات الفضة النانوية الى 2% ذو تأثير ايجابي في تقليل نسب التآكل مع وجود انواع مختلفة من البكتيريا، يحمل هذا البحث القدرة على إحداث ثورة في مجال استبدال صمامات القلب، قد يحسن النتائج السريرية بشكل كبير، ويعزز نوعية حياة المريض، ويعزز رعاية القلب والأوعية الدموية الشخصية من خلال توفير بديل اصطناعي متوافق حيوياً ومتين ومخصص».

## معلومات

أخبرنا الطالب محسن حسنين عن أبرز المعوقات وتكلفة المشروع «يعتبر هذا النوع من الأبحاث، ضمن فئة المجالات الحديثة والمتطورة، لما يحتاجه من تقنيات خاصة كتقنيات النانوتكنولوجي وعمليات التصنيع والاختبارات التي تحتاج الى الاجهزة المختبرية المناسبة للوصول الى أفضل النتائج وهذه الامكانيات ليست متوفرة بصورة كاملة داخل البلد والجامعات المحلية، فيضطر الباحث احياناً للاستعانة بمراكز ابحاث وجامعات خارجية».

تختلف معدلات الوفيات السنوية لأمراض الصمامات القلبية من 1 % إلى 5 % تبعاً لنوع الاعتلال ودرجته والبيئة الطبية الراحية للمريض ومع ذلك، يمكن أن تكون هذه المعدلات أعلى بكثير للأشخاص الذين يعانون من حالات صحية خطيرة.

## هناك أنواع مختلفة لأمراض صمامات القلب:

أولاً: قصور الصمام الذي ينتج بسبب تسرب الدم بالاتجاه المعاكس للصمام.

ثانياً: تدلي الصمام حيث ينتج تدلي الصمام عندما لا يتم غلق السدائل الصمامية بشكل صحيح بسبب ارتخائها.

ثالثاً: تضيق الصمام الذي ينتج عندما لا يتم فتح الصمام بشكل صحيح مما يؤدي إلى سد مجرى الدم.

لذا اشتركت مجموعة من طلبة هندسة الطب الحيواني في جامعة وارث الأنبياء (محسن حسنين مرتضى، سارة علي شمس الدين، زينب رائد غازي، رفل محمد عبد الأمير) المشرف على المشروع هو م.م. حسين امير الجواد بتصميم مادة نانوية بوليميرية معدنية لتكوين صمامات القلب بديلة عن الصمامات القديمة التي تكون على ثلاثة أنواع وكل نوع يتصف بعيب معين أما المادة التي تم تركيبها من قبل فريق البحث فهي عالجت العيوب الموجودة في المواد السابقة وقد شاركنا الطالب محسن حسنين مرتضى تفاصيل الرحلة البحثية:

## الخطوة الأولى

قال محسن حسنين أحد الطلبة «الفكرة الأولية للمشروع جاءت من الحاجة الملحة لبدائل دائمة ومتوافقة حيوياً لصمامات القلب كبديل عن الصمامات المعدنية، حيث تم اقتراح تصنيع مادة جديدة من مواد بوليميرية متراكبة معززة بتقنية



# الثقافة حق أصيل غير مكتسب

عماد الطيب

يخبرنا التاريخ أن الأمم السالفة لم يبق من صيتها سوى ما كتبه علماءؤها ومثقفوها منذ الحضارة اليونانية والرومانية إلى يومنا هذا، فكل بنيان عرضة للاندثار إلا نتاج الأمة من علومها وثقافتها يبقى ما بقي الليل والنهار، الكتب هي الآثار الأكثر بقاءً على مر الزمن، الكتب هي ثروة العالم المخزونة، وأفضل إرث للأجيال والأمم، وكانت أعظم وأول كلمة من القرآن الكريم نزلت على نبينا المصطفى محمد (صلى الله عليه وآله وسلم) كانت «اقرأ» ومنها كانت البداية لتأسيس حضارة إسلامية عريقة بعلمائها، وبعدها توقف دور الثقافة العربية الإسلامية إلا النزر القليل من الانتاج، ماذا حصل؟ لظروف يطول شرحها أصابت بنية الجسد العربي والإسلامي فظل مقتصرًا على ثلثة من العلماء، ثم كان ظهور الإنترنت في عصر المعلومات والتكنولوجيا خير معين في الاطلاع على علوم الأولين والآخرين ويقرب المسافات بين الشعوب، إلا نحن أخذ معظمنا -مع الاسف- من ذلك الاختراع قشوره وثقافته السطحية من مواقع التواصل الاجتماعي ووسائل الترفيه، وأفرغت المكتبات من محتواها لهجر روادها، اليوم تقع المسؤولية على الجميع لإرجاع بريق الكتاب إلى أعين أبنائنا، لأنهم مستقبل أمة فلا يصح أن نفرغ إرث ومستقبل هذه الأمة الكبيرة من محتواها الفكري، إشاعة ثقافة الكتاب والقراءة واجب مقدس كي نفتخر بين الأمم بأجيالنا والعراق مهد الحضارات والعقول الكبيرة لا تطمروها بزيف الثقافة السطحية، تربية العقول تبدأ من القراءة، هنالك أم كثيرة أبدعت وتفوقت من الكتاب واحترامها للثقافة.

كما أن هناك مواقف لعظماء وأناس عاديين حافظوا على الكتاب وهم في أسوأ حالاتهم النفسية والجسدية منهم الروائي الفرنسي «جان دومينيك» وهو مصاب بالشلل التام ولا يمكنه الحديث، وألف كتابا من (150) صفحة بتحريك جفن عينه اليسرى، وكانت المحررة تسرد عليه الحروف الأبجدية في كل مرة بالترتيب حتى تصل إلى الحرف الذي يُؤشّر عليه بجفنه، وكانت تقضي (6) ساعات كل يوم لتسجل نصف صفحة فقط وكانت اسم الرواية «بدلة الغوص والفراشة» الرواية التي كتبت برمش العين اليسرى، والعالم الفيزيائي ستيفن هوكينغ، صاحب نظرية الانفجار العظيم، الذي يعاني من مرض التصلب اللويحي، ولكنه جاهد للعيش بعد أن أصبح مقعدا عن الحركة لينكب على العلم، ويكتب معادلات معقدة في ذهنه، وعندنا المعري وطه حسين وغيرهم.

وهناك قصة حقيقية لسجين محكوم عليه بالإعدام ينفذ به بعد عشرين يوما قالوا له ماذا تتمنى في الأيام المتبقية منك، قال ودون تردد أطلب (20) كتابا في مختلف العلوم والآداب، هذه الحكاية تدل أن شعوبا جعلت من القراءة سلوكا يوميا أصيلا غير مكتسب، اذن.. ماذا نريد نحن؟ سوى إرجاع الأصل إلى نفوس أبنائنا بالرجوع إلى القراءة وحب الكتب والمطالعة وتعزيز ذلك ببناء قاعدة معرفية من الكتب في بيوتنا باقتنائها وتأسيس مكتبة ثقافية لكي يتعلم منها وتصبح جزءا مكملا في حياتهم كي لا يشعر أو تشعر البنت أو الولد أن الكتاب شيء دخيل على حياته وواجب التخلص منه وأقول للمرأة كما قالت الفيلسوفة الفرنسية سيمون دي بوفوار «المرأة التي تقرأ، المرأة التي تفكر، المرأة التي تعتني بعقلها وفكرها، هي امرأة لا تشيخ أبداً، لن تنال منها التجاعيد، قيمتها ليست في الجسد فقط! قيمتها وثرورها في عقلها».



## منهاج حياة

قال الإمام الحسين (عليه السلام): «إني لا أعلم اصحاباً أوفى ولا خيراً من اصحابي، ولا أهل بيت أبر ولا أوفى من أهل بيتي»، وهذا أعظم دليل على مؤازرة ومواساة الأهل والأصحاب لآل البيت (عليهم السلام)، واتخاذهم رمزاً ثورياً، للتخلص من الطغاة وإعلاء كلمة الحق، ومن السلوكيات التي يتبعها معظم المسلمين هي تقديم ما تجود به أيديهم من طعام وشراب للزائرين، لما يحملونه من رحمة ورافقة فيما بينهم، وهو ما عرف به محبي الإمام الحسين (عليه السلام)، والتعلم من الإيثار الذي جسده في أروع صورة، وهي الاستشهاد في تلك الواقعة التاريخية والإنسانية، التي أصبحت رمزاً خالداً، وسراجاً منيراً في طريق الثائرين، ورافضي الظلم والخضوع للأحكام الجائرة، وبهذا يمكننا استلهام العديد من دروس الثورة، لنبذ الأنانية والحق، وزرع بذور الخير والمساواة بين الجميع، والصبر على النوائب، لمواجهة الأزمات التي تعصف بحياتنا، وتعد تلك الزيارة ملتقى للجموع وتبادل الأفكار والثقافات في ظاهرة دينية، تتضمن العديد من المبادئ، كالكرم، والتعاشيش السلمي، والإخاء، والتفاني ونبذ الطائفية والعنصرية، وتحقيق التلاحم المجتمعي، وإشاعة التكافل الاجتماعي، والحد من الفوارق الطبقيّة، نتيجة لتلاقي الكثير من الأفراد في بقعة واحدة، وفي أطهر أرض وهي مدينة كربلاء المقدسة، يجمعهم حب الحسين (عليه السلام)، وسائرين على نهجه ومبادئه السامية، ويمكن جعل تلك الشعيرة ثقافة للتوعية وإصلاح شؤون المجتمعات، ونشر موعظها بشكل ندوات ومجاميع وورش، أو استثمار السراقد الحسينية في هذا الشهر، للتذكير بما قامت عليه الثورة، وليس التركيز على واجب الضيافة، وتقديم الخدمة للزائرين فحسب.

ويعتبر أحياء زيارة الأربعين من الشعائر الحسينية المقدسة، لما تحمله من قيم ومعاني عظيمة وسامية، فأصبحت منهاجاً واسلوب حياة للكثير من المسلمين في بقاع الأمة، للرقى بالمجتمع والنهوض به نحو الأفضل، وتحقيق التقدم الإنساني، وتلك الزيارة في كنفها الكثير من الموعظ والعبر، التي يمكن الاستفادة منها، كالتضحية واستذكار ما قامت به واقعة الطف، وعظيم ما جسده والتأثير الكبير الذي حققته على مر العصور، ولعل أهم ما تضمنته هو الوفاء للقضية الحسينية.

سرور العلي

**يعتبر أحياء زيارة  
الأربعين من الشعائر  
الحسينية المقدسة،  
لما تحمله من قيم  
ومعاني عظيمة  
وسامية، فأصبحت  
منهاجاً واسلوب  
حياة للكثير من  
المسلمين في  
بقاع الأمة،  
للرقى بالمجتمع  
والنهوض به نحو  
الأفضل، وتحقيق  
التقدم الإنساني،  
وتلك الزيارة في  
كنفها الكثير  
من الموعظ  
والعبر، التي  
يمكن الاستفادة  
منها، كالتضحية  
واستذكار ما قامت  
به واقعة الطف**



معكرونة البشاميل..  
فطيرة ايطالية بلمسة عربية



الحياة الشخصية..  
معادلة لضمان النجاح

# للقوارير عالمها

## «اوفر» الأطفال الملبس الأمثل لهم



# لتأثيرها على العمل الوظيفي: الحياة الشخصية.. معادلة لضمان النجاح

سرور العلي

لا تخلو حياتنا من المشكلات الشخصية، ولكن ينبغي الفصل بينها وبين العمل الوظيفي، كونها تؤثر على الأداء بشكل سيء بحسب الموظفة زينب عبد الهادي، مضيئة أنها تقلل من الإنتاجية، وبالتالي هو تأثير سلبي لا بد لكل موظف الابتعاد عنه، كما أن للعمل وقت، وللأمر الشخصية وقت آخر، كذلك من الضروري تهيئة جو ملائم داخل بيئة العمل، لضمان النجاح والاستمرار بالإنجاز،

## أدوار

دأروى عرب، اخصائية علم النفس أشارت إلى أن كلنا لدينا أدوار في الحياة، ومن المفترض أن يعرف الإنسان أدواره، وكيفية التأقلم مع كل دور، سواء كانت زوجة، أو عاملة، أو طالبة، أو أبنية، فإذا عرفنا أدوارنا في الحياة سنعرف كيف نفصل بين هذه الأدوار، والتكيف مع البيئة المحيطة، ومع أنفسنا، ولا يصح نقل المهام المؤجلة أو أمور العمل إلى المنزل، والعكس صحيح، لأن ذلك يؤثر، لا سيما وأن حياتنا عبارة عن أجزاء، فهي حياة اجتماعية، ونفسية، وأسرية، ومهنية، فينبغي أن لدينا تنظيم للأولويات وللوقت، كما أن أسرنا بحاجة لنا ولاهتمامنا، ونحتاج إلى الفصل أو للتغيير من روتيننا لروتين آخر، فنقل المهام المهنية للمنزل تسبب الضغط ويحدث التوتر، لذلك يجب أبعاد التأثيرات الشخصية عن العمل.

واضطرت الموظفة بتول كريمة إلى تغيير مكان عملها لقسم آخر قبل عام، بسبب خلافات مستمرة مع إحدى الموظفات، وافتتت إلى أن تداخل الحياة الشخصية بالوظيفة سيحول بيئة العمل إلى سامة، وبالتالي سيسبب الصدمات النفسية والاضطرابات.

ونصحت أن يتم معالجة مثل هكذا مشاكل بعيداً عن مكان العمل، من خلال التفكير واتخاذ القرارات الصحيحة، ومن ثم العودة لممارسة الوظيفة، إضافة إلى أن الموظف الناجح هو من يفصل أموره الشخصية عن الأداء الوظيفي، وهناك من يفشل بالفصل بين الاثنين، فتراه متقاعساً عن عمله، كونه غير قادر على أبعاد حياته الشخصية عما يقوم به من عمل. ويرى زميلها أحمد عدنان أن التأثيرات الشخصية تقلل من الإبداع والتطور والإنتاج في العمل، وتحد من الاستمرارية، والميل إلى الهروب من أداء الواجب الوظيفي، وحتى التغيب عن بيئة العمل في أحيان كثيرة.

## مشكلات

ويشعر سلام عبد الله بالضيق والتوتر كلما يذهب صباحاً إلى عمله بإحدى الدوائر الحكومية، كونه سيرى بعض الموظفين الذين لا يرغب برؤيتهم، بسبب المشكلات الشخصية بينهم، فقبل ثلاثة شهور قام أحدهم بالوشاية عليه بكلام غير لائق أمام مديره، وتكرر الأمر مع موظف آخر، استمر عيد الله بمزاولة عمله، ولكن يوماً بعد يوم قلت إنتاجيته، وحمل غضباً للمكان وللموجودين به، بسبب تفكيره الدائم بما حدث.



في العمل يؤثر كذلك على نمط حياتنا، وفي الحقيقة يجب أن تكون هناك معادلة وتوازن حقيقي بين الحياة الشخصية والعمل، فيجب أن لا يكون هناك انعكاسات سلبية بين الاثنين، أي عندما تكون لدينا مشاكل في حياتنا الشخصية ينبغي أن لا يتأثر بها العمل الوظيفي، وأن لا يقل مستوى العمل ويصبح بشكل أدنى، وأن لا تؤثر على الآخرين الذين نعمل معهم، وبالتالي تنعكس مشاكلنا عليهم، إضافة إلى ذلك أنه يجب حين ينتهي العمل الوظيفي لا نأخذ معنا تلك المشكلات للمنزل، حتى لا تؤثر على حياتنا الشخصية».

مضيفة: «أي أنه لا يجوز أن ننقل أي شيء سلبي من خلال وظيفتنا، وبالتالي نحن لدينا أسر يجب أن نهتم بها وبأطفالنا، لكي لا تضر تلك السلبيات على علاقتنا بأزواجنا، لذا فالفصل بين الاثنين مهم، ويجب أن نعطي كل جانب من هذه الجوانب أهمية بحيث لا يؤثر شيء على آخر، وفي نهاية الأمر تبقى الحياة الشخصية هي شخصية، لذلك سميت بهذا الاسم، أي تتعلق بالشخص هو نفسه، فلا يؤثر هذا على الآخرين من حولنا، ولا يكون عبئاً على من نعمل معهم، لذلك أي منغصات في الوظيفة ينبغي أن لا تهدد حياتنا الشخصية، فلكل منها أهمية ووقت مخصص، ولا يجوز أن يتداخل».

## تأثير

استاذة العلوم النفسية والتربوية بجامعة بغداد د.ناز بدر خان السندي أوضحت: «موضوع تأثير الحياة الشخصية في العمل الوظيفي، هو موضوع مهم جداً من الناحية النفسية، إذ أن هناك تداخل كبير بينهما، أحياناً بعض الأشخاص قد تؤثر حياتهم الشخصية على عملهم، والعكس صحيح أي أن هناك بعض الاحداث السلبية التي تحدث في الحياة تؤثر على الأداء الوظيفي، وهذا ينعكس سلباً على مدى تحقق النجاح، وما يحدث

**ولا يجوز أن ننقل أي شيء سلبي من خلال وظيفتنا، وبالتالي نحن لدينا أسر يجب أن نهتم بها وبأطفالنا، لكي لا تضر تلك السلبيات على علاقتنا بأزواجنا، لذا فالفصل بين الاثنين مهم، ويجب أن نعطي كل جانب من هذه الجوانب أهمية بحيث لا يؤثر شيئاً على آخر، وفي نهاية الأمر تبقى الحياة الشخصية هي شخصية**



## غريبال المحتوى: محتوى مجهول

نرجس العبادي

عالم المرئيات، هو عالمنا الذي لا يكلف شخوصه عناء الانخراط في فحوى الأصول في ظل إبداء الفروع تواصلًا يقل في معظمه عن الستين ثانية لكنه يتكفل بإيرادات الأفكار والمعتقدات في العقل العربي والنسوي حصراً.



أو اقتصادياً أو فنياً (كُلُّ على أساس اختصاصه) يُدعى بإيحاء المكانة، ويكون قائماً على سهولة تلقي الفكرة بغض النظر عن جوهرها وجدواها، فيمكننا لمس الأمر جلياً في العديد من التيارات الفكرية التي كان مصدرها الوحيد هو قداسة الشخصية الناطقة خلف الهاتف ورؤيته بعين العقل مع غض عين القلب عما سواه. وقد حملت الساحة الإعلامية مؤخراً لغطاً يُقنع به الشارع بتشريع تزويج الفتيات القاصرات وسلب حقوقهن وتجريدن من حقوق الإرث والمهور، مما أدى إن انتفاض شخوص الشاشات والحركات النسوية في كل وسائل التواصل الاجتماعي حتى وصل الأمر إلى الجرائد العربية والغربية والذي شعل فتيلها من اعتماد مُطلق على تباطؤ العقول من البحث عن أصل القانون وبذوره واندرج العاطفة العمياء تحت ضغط سلب الحريات، ولكن بمجرد العودة إلى نص القانون وقراءة بنوده المسنونة نجد أن فرع الإشاعة لا يمت بأي صلة إلى جذره المعتدل والذي يُريد حفظ حقوق المرأة بما يتناسب مع المعتقدات المُستقيمة والفكر القويم، فانخراط مجتمع متكامل تحت سلطة الرأي الافتراضي يذل وبجدارة على أن الهيمنة بيد العدو والغربال ما زال ينقي الواعين وبالأخص الوعي النسوي الذي يجب أن يُبصر النور حتى لا تقتلنا العواطف الكفيفة.

فقد أجاد عصر السرعة حضوراً بمعناه الحرفي في كل تفاصيل الواقع المجتمعي بهيئته الملموسة والافتراضية، بدءاً من التفاصيل اليومية، كاجتماع أسرة في ظل مائدة حميمة أو حوار يخلو من الأجهزة المباغثة أو حتى فكرة تستغرق كتابتها صفحة واحدة لا أكثر والتي أصبحت في مجملها مختصرات تخلو من الإسهاب ليتمكن الشارع بعدها من أن يضغط زر (Next). فأصبحت الآراء السياسية والقضايا الاجتماعية وحتى الدينية منها، محتوى رائع يستخدمه رواد السرعة لرفع المشاهدات والمتابعات لئلا تتوقف لديهم العجلة فيخرجوا من مسرح الأنبة بلا دور يضمن لهم لقب مُعاصري (الترند). فبات هذا المفهوم الثلاثي (المرئيات، السرعة والرواج) نظارة العصر والتي يستخدمها الجيل الصاعد لرؤية أولوياتهم وأفكارهم وحتى مُعتقداتهم التي رسمها العدو بريشته الناعمة والملساء مُستخدماً مكانة المشهورين كمصدر لا غبار عليه من قبل المشاهدين، فالكلمة منهم هي حرف للتوكيد لا يقبل الشك ولا يخالف صاحبه في رفع الحدث أو نصبه أو جره في عقول الشباب، فلقد أوضحت بعض الدراسات الخاصة بنظرية التعلم الاجتماعي «the social learning theory» التي أسسها العالم ألبرت بندورا: أن التأثر الجمعي بأصحاب المكانة المرموقة سياسياً

## «أوفر» الأطفال الملبس الأمثل لهم

يعد (الأوفر) والذي تتنوع أشكاله وأنواعه منها بأكمام وبلا أكمام وآخر بنصف أكمام، ومما يميزه هو إضفاء المظهر الجميل والأنيق للطفل كما أنه الأكثر دفتاً من جانب حيث يحافظ على الطفل كونه قطعة واحدة ممتدة على طول بدن الطفل، وهناك (الأوفر) الصيفي الذي يعطي للطفل حرية الحركة وبرودة قماشه المصنوع من القطن والذي يكون رقيقاً وبارداً يلائم مع حرارة الصيف.







# معكرونة

## البشاميل.. فطيرة ايطالية بلمسة عربية

### للقوارير

- ادهن صينية عميقة بالقليل من زيت الزيتون.
- اغل مقدار مناسب من الماء في قدر عميق على النار، وأضف إليه الملح.
- أضف المكرونة، وقلّبها قليلاً لتنضج.
- صفّها من الماء، وقلّبها بملعقة كبيرة من زيت الزيتون.

### طريقة عمل اللحم

- ضع مقلاة أو قدر كبير على النار بدرجة حرارة متوسطة.
- أضف زيت الزيتون والبصل، وقلّبهما لينضج البصل.
- أضف الثوم، وقلّب دقيقتين، ثم أضف اللحم المفروم.
- استمر في التقليب ليتفتت اللحم ويصبح بني اللون.
- أضف الملح وصلصة الطماطم، وقلّبهم قليلاً ليتبخر السائل تمامًا.
- ارفع اللحم عن النار، ثم أضف البقدونس، وقلّبهم جيّداً.

### طريقة عمل البشاميل

- أحضر قدر كبير، وأذّب الزبدة على النار بدرجة حرارة متوسطة.
- أضف الدقيق، وقلّب ليصبح ذهبي اللون، ثم أضف الملح وجوزة الطيب، واسكب الحليب ببطء مع الخفق المستمر، أضف مرق الدجاج تدريجياً، واستمر في الخفق حتى يتكاثف المزيج.
- ارفع درجة الحرارة، ثم أضف الموزريلا، وقلّبها جيّداً.
- أحضر وعاء صغير الحجم، اخفق البيضة جيّداً، واسكبها على الصلصة، اخفق المكونات جيّداً ليصبح البشاميل متجانساً وناعماً، طريقة عمل مكرونة بشاميل باللحمة المفرومة ورتّب نصف مقدار المكرونة في الصينية، وافردّها.
- ورنّ خليط اللحم فوقها بالتساوي، أضف المقدار المتبقي من المكرونة فوق اللحم، وأضف صلصة البشاميل كاملة فوق المكرونة، ووزعها جيّداً، اخبزها في الفرن لتصبح ذهبية اللون مدّة 30 - 40 دقيقة خرجها، واتركها تبرد مدّة 15 دقيقة. قطّعها، وقدم مكرونة بالبشاميل دافئة.

معكرونة البشاميل تأخذ اسمها عربياً من المكون الاساسي، صلصة البشاميل، لكن الاسم المعروف عالمياً باسم باستيتشيو (pastitsio) المأخوذ من الإيطالية (pasticcio)، وهو اسم لمجموعة مختلفة من الفطائر التي قد تكون مكوناتها الأساسية أما لحم أو سمك أو معكرونة، كثيراً من النسخ الإيطالية تملك طبقة عجينة مخبوزة، والبعض يملك طبقة بشاميل.

### المقادير

- لتحضير معكرونة البشاميل باللحمة المفرومة.
- 680 غرام مكرونة مجففة.
- ملعقة كبيرة زيت زيتون.
- مكونات اللحم
- 900 غرام لحم مفروم.
- كوب صلصة طماطم.
- بصلة متوسطة الحجم مفرومة.
- ¼ كوب بقدونس مفروم.
- ملعقة كبيرة زيت زيتون.
- ملعقة صغيرة ملح.
- 2 فص ثوم مفروم.

### مكونات البشاميل

- 2 كوب حليب.
- كوب جبن موزريلا مبشور.
- ½ كوب دقيق.
- ½ كوب مرق دجاج.
- 4 ملاعق كبيرة زبدة غير مملحة.
- بيضة.
- ملعقة صغيرة ملح.
- ¼ ملعقة صغيرة جوزة الطيب.

### الخطوات لتحضير مكرونة بشاميل باللحمة المفرومة

- طريقة سلق المكرونة
- سخن الفرن إلى درجة حرارة 205 مئوية.

## عرفان الأربعين

نسير في طرقات مدينة كربلاء المقدسة المؤدية إلى حرم الإمام الحسين وأخيه أبي الفضل العباس (عليهما السلام) في أيام شهر صفر الخير ونحن مأسورون بهول المشاهد التي يمكن للقلب ان يلاحظها قبل العين، فصور الخدمة التي يقدمها المحبون تتجلى فيها كثير من المبادئ والصفات الإنسانية طاغية الحضور، فالإخلاص والإيثار والمحبة وكبت الغضب والكرم وغيرها تتجسد في كل شخص يحمل في قلبه حب الحسين (عليه السلام) وفي عقله ثقل القضية.

لا يسعنا في هذا المنعطف الزمني كل عام سوى الشعور بالعرفان لهذه المناسبة العظيمة (أربعينية الإمام الحسين)، كونها تساهم في تهذيب النفوس وتذويب الخلافات؛ حتى خلافات المرء مع نفسه، ففي عمق هذا العطاء الأربعيني أسرار لا يمكن كشفها قبل الولوج في عوالمها الحسينية والإبحار بالتفكير بقارب التأمل والتجديف بالتدبير، للإجابة عن أكثر سؤال يدور في أذهان كل إنسان تصل إليه مشاهد الأربعين بأي شكل من الأشكال، وهو ما السر الذي يجعل هذا العزاء خالداً؟.

ربما تتعدد الإجابات لكن الحسين واحد... هو الحسين السر والجواب في الوقت ذاته، فالدرس الذي قدمه الإمام ظهيرة العاشر من محرم لا يمكن أن يذوي مع مرور الوقت بل على العكس إنما هو نهضة سنوية من ركام الغفلة وهو الحياة، وانعتاق روحي لممارسة شعائر مقدسة تضفي على الروح لمسة رحمانية، وهذا التجدد والتفنن في مظاهر الخدمة يحيلنا إلى الطمأنينة وكأن من يكون في هذا المشهد المعظم لا خوف عليهم ولا هم يحزنون، وبالفعل قد نصادف كثيرا من الكرامات التي تسجلها هذه الزيارة العظيمة وغالبا ما تكون هذه الكرامات للإيمان المطلق بأن صاحب العزاء ذا المنزلة الرفيعة يحنو على زواره وخدمته بنظرة من مكانه في أعلى عليين شاكرًا تقواهم «ذلك ومن يعظم شعائر الله فإنها من تقوى القلوب».

رئيس التحرير

ربما تتعدد  
الإجابات لكن  
الحسين واحد...  
هو الحسين  
السر والجواب  
في الوقت ذاته،  
فالدرس الذي  
قدمه الإمام  
ظهيرة العاشر من  
محرم لا يمكن أن  
يذوي مع مرور  
الوقت بل على  
العكس إنما هو  
نهضة سنوية من  
ركام الغفلة وهو  
الحياة، وانعتاق  
روحي لممارسة  
شعائر مقدسة  
تضفي على الروح  
لمسة رحمانية



تصوير - موفق رياض عودة

